J. Krishnamurti

la mutación psicológica



La Mutación Psicológica

J. Krishnamurti

Capítulo I

Como sabéis, van a darse aquí diez charlas y habrá algunas discusiones después de que terminen, por lo cual tendremos mucho tiempo para hablar de estas cosas.

Me gustaría empezar esta mañana señalando la extraordinaria importancia de la libertad. La mayoría de nosotros no queremos ser libres. Tenemos nuestra familia, responsabilidades, deberes, y a esas cosas nos atenemos. Estamos limitados por leyes sociales, por cierto código de moral, y estamos agobiados por diarias perturbaciones y problemas; si podemos encontrar alguna clase de consuelo, algún medio de escape de todo este conflicto y desdicha, muy fácilmente quedamos satisfechos. La mayoría de nosotros no queremos ser libres en modo alguno, en ninguna dirección, a ninguna profundidad; y, sin embargo, me parece que una de las cosas más esenciales de la vida, es el descubrir por si mismo como ser libre de manera completa y total. ¿Es posible que la mente humana estando tan fuertemente condicionada, tan estrechamente aprisionada en sus afanes cotidianos tan llena de miedos y ansiedades, tan insegura del futuro y en constante demanda de seguridad, es posible que una mente así produzca en si misma una radical mutación, que sólo puede realizarse en la libertad completa?.

Creo que cada uno de nosotros debería interesarse realmente por este problema, al menos durante las tres semanas que estaremos aquí. Deberíamos interesarnos, no sólo verbalmente, sino ahondar mucho más en nosotros mismos, a través del análisis verbal o lingüístico para descubrir si es posible ser libres. Sin libertad no puede uno descubrir lo que es verdadero y lo que es falso; sin libertad no hay profundidad en la vida; sin libertad somos esclavos de toda clase de influencias, de todas las presiones sociales, de las innumerables exigencias con las que constantemente nos encontramos.

¿Se puede, pues, como individuo, penetrar realmente en uno mismo, investigando mucho, implacablemente, y descubrir si es posible que cada uno de nosotros sea completamente libre? Desde luego que sólo en la libertad puede haber cambio. Y, en efecto tenemos que cambiar, no superficialmente, no en el sentido de recortar meramente, un poquito acá y allá, sino que tenemos que producir una mutación radical en la estructura misma de la propia mente. Por eso me parece que es tan importante hablar sobre el cambio, discutirlo y ver hasta donde puede llegar cada uno de nosotros en este problema.

¿Sabéis lo que entiendo por “cambio”?. Cambiar es pensar de una manera totalmente distinta. Es producir un estado mental en que no haya nunca ninguna ansiedad, ninguna sensación de conflicto, de pugna por lograr, por ser o llegar a

ser algo. Es liberarse por completo del miedo. Para descubrir lo que significa estar libre de temor, creo que tiene uno que comprender esta cuestión del que enseña y el enseñado, y con ello descubrir lo que es el aprender. Aquí no hay maestro ni persona a la que se enseñe. Todos estamos aprendiendo. Tenéis pues, que libraros por completo de la idea de que alguien os va a instruir o deciros lo que hay que hacer, lo cual significa que la relación con el que habla es por completo distinta. Estamos aprendiendo, no se os está enseñando. Si realmente comprendéis que no estáis aquí para que alguien os enseñe, que no hay instructor que os instruya, ni salvador que os salve, ni gurú que os diga lo que hay que hacer, si en realidad comprendéis este hecho, entonces tenéis que hacerlo todo vosotros mismos; y eso requiere una enorme cantidad de energía.

La energía se disipa, se degrada, se pierde del todo cuando existe la relación del que enseña y el enseñado; así que, durante estas charlas aquí y en las discusiones que van a seguir, espero que no haya una relación semejante. Sería en realidad maravilloso que pudiéramos eliminarla por completo, de modo que solo quedase el movimiento de aprender.

Generalmente aprendemos por el estudio, por los libros, por la experiencia o por instrucción ajena. Estas son las formas usuales de aprender: Confiamos a la memoria lo que hay y lo que no hay que hacer, lo que hay y no hay que pensar, como sentir, como reaccionar. Por la experiencia, el estudio, el análisis, por la exploración, por el examen introspectivo, almacenamos conocimientos en forma de memoria, y esta entonces responde a ulteriores retos y exigencia, de lo cual surge más y más aprendizaje. Estamos bien familiarizados con este proceso, es nuestra única manera de aprender. Como no sé dirigir un avión , aprendo, se me instruye, adquiero experiencia, cuyo recuerdo retengo, y entonces vuelo. Este es el único proceso de aprender que conocemos la mayoría de nosotros. Aprendemos por el estudio, la experiencia, la instrucción. Lo que se aprende se confía a la memoria como conocimiento, y ese conocimiento funciona siempre que hay un reto o siempre que tenemos que hacer algo.

Pues bien, yo creo que hay una manera de aprender enteramente distinta y voy a hablar un poquito sobre ello; mas, para comprenderlo y para aprender esta forma distinta, tenéis que estar por completo libres de autoridad, pues si no simplemente se os instruirá y repetiréis lo que hayáis oído. Por eso es muy importante comprender la naturaleza de la autoridad. La autoridad impide aprender, un aprender que no es la acumulación de conocimientos como memoria. La memoria siempre responde en modelos; no hay libertad. Un hombre que este cargado de conocimiento, de instrucciones, que este agobiado por las cosas que ha aprendido, nunca será libre. Puede ser sumamente erudito, de modo extraordinario, pero su acumulación de conocimientos le impide ser libre, y por lo tanto es incapaz de aprender.

Acumulamos diversas formas de conocimiento: El científico, psicológico, el técnico etc., y este conocimiento es necesario para el bienestar físico del hombre. Pero

también acumulamos conocimientos para estar seguros, para funcionar sin trastornos, para actuar siempre dentro de los limites de nuestra propia información, y por ello nos sentimos seguros. Siempre queremos estar seguros, nos da miedo la incertidumbre y por tanto, acumulamos conocimientos. De esta acumulación sicológica es de lo que estoy hablando, y esto es lo que obstaculiza por completo la libertad.

Así es que, desde el momento en que empieza uno a inquirir sobre lo que es la libertad, tiene que poner en tela de juicio no sólo la autoridad sino el conocimiento. Si simplemente se os instruye, si os limitáis a escuchar lo que oís, lo que leéis, lo que experimentáis, entonces hallaréis que nunca podéis ser libres, porque siempre estáis funcionando dentro del patrón de lo conocido. Esto es lo que nos pasa efectivamente a la mayoría; ¿qué va uno pues a hacer?.

Uno ve como funciona la mente y el cerebro. El cerebro es una cosa del mundo animal, progresiva, evolutiva, que vive y funciona dentro de los muros de su propia experiencia, su propio conocimiento, sus esperanzas y temores. Está perpetuamente activo en salvaguardarse y protegerse y, en cierta medida, tiene que estarlo, porque de lo contrario pronto se destruiría. Tiene que tener cierto grado de seguridad, de modo que habitualmente se beneficia acumulando toda clase de información, obedeciendo toda clase de instrucción, creando un patrón al que se ajuste la vida propia, no siendo así nunca libre. Si uno ha observado su propio cerebro, todo el funcionamiento de si mismo, se da cuenta de este modo de existencia ajustando a un patrón, en el cual no hay espontaneidad alguna.

¿Qué es, pues, aprender? ¿hay un aprender de distinta clase, un aprender que no sea acumulativo, que no llegue a ser sólo un trasfondo de memoria o conocimiento que crea modelos y obstaculiza la libertad? ¿existe una manera de aprender que no llegue a ser una carga, que no paralice la mente, sino que, por el contrario le de libertad?. Si os habéis formulado alguna vez esta pregunta no de modo superficial, sino profundamente, sabréis que uno tiene que descubrir porque se aferra la mente a la autoridad. Ya sea la autoridad del instructor, del salvador, del libro, o la del conocimiento y la experiencia propia, ¿por qué se aferra la mente a esa autoridad?.

Como sabéis, la autoridad adopta muchas formas. Tenemos la autoridad de los libros, la de la iglesia, la del ideal, la de vuestra propia experiencia y la del conocimiento que habéis acumulado. ¿Por qué os aferráis a esas autoridades?. Técnicamente hay necesidad de ellas. Esto es sencillo y evidente. Más nosotros hablamos del estado psicológico de la mente; y, prescindiendo del todo de la autoridad técnica, ¿por qué se aferra la mente a la autoridad en el sentido psicológico?.

Es evidente que la mente se aferra a la autoridad porque le da miedo la incertidumbre, la inseguridad; le da miedo lo desconocido, lo que puede pasar mañana. Y ¿podemos nosotros vivir sin ninguna autoridad en absoluto, autoridad

en el sentido de dominación, aserción, dogmatismo, agresividad, querer tener éxito, querer ser famoso, querer llegar a ser alguien? ¿podemos vivir en este mundo: ir a la oficina y todo lo demás, en un estado de completa humildad?. Esa es una cosa muy difícil de descubrir, ¿no?. Más yo creo que es sólo en ese estado de completa humildad (que es el estado de una mente que esta siempre dispuesta a no saber) en el que puede uno aprender. De lo contrario siempre estará uno acumulando y, por tanto, dejando de aprender.

¿Puede uno, pues, vivir de un día para otro, en ese estado? ¿comprendéis mi pregunta?. Seguramente una mente que en realidad esté aprendiendo no tendrá autoridad ni tampoco la buscará; porque se encuentra en un estado de constante aprender, no sólo las cosas exteriores, sino también las internas y no pertenece a ningún grupo, a ninguna sociedad, a ninguna raza o cultura. Si estas constantemente aprendiendo de todo sin acumulación, ¿cómo puede haber una autoridad, un instructor? ¿cómo es posible que sigáis a alguien?. Y esa es la única manera de vivir: no aprendiendo de los libros. Yo no me refiero a eso. Sino aprendiendo de vuestras propias demandas, de los movimientos de vuestro propio pensar, de vuestro propio ser. Entonces vuestra mente siempre estará fresca, lo mirará todo como nuevo y no con la cansada mirada del conocimiento, de la experiencia, de lo que ha aprendido. Si uno comprende esto, real y profundamente, entonces cesa toda autoridad; entonces el que habla carece en absoluto de importancia.

El extraordinario que la verdad revela, lo inmenso de la realidad, no os lo puede dar otro. No hay autoridad, no hay guía. Tenéis que descubrirlo por vosotros mismos y, con ello, traer algún sentido a este caos que llamamos vida. Es un viaje que hay que emprender completamente sólo, sin marido, sin esposa, sin libros. Sólo podéis partir para este viaje cuando realmente veis la verdad de que tenéis que caminar completamente solos. Entonces estáis solos; no por amargura, no por cinismo, ni por desesperación, sino porque veis el hecho de que la soledad es absolutamente necesaria. Este hecho y la percepción del mismo es lo que le libera a uno para caminar solo. Uno es el libro, el salvador, el maestro. Tenéis pues, que investigar, tenéis que aprender sobre vosotros mismos, lo cual no significa acumular conocimientos de un mismo y mirar los movimientos de vuestro propio pensar con ese conocimiento. ¿Comprendéis?.

Para aprender sobre uno mismo, para conoceros, debéis observaros con frescura, con libertad. No podéis aprender sobre vosotros mismos si os limitáis a aplicar conocimiento, es decir, a miraros en términos de lo que habéis aprendido de algún instructor, de algún libro o de vuestra propia experiencia. El "yo" es una extraordinaria entidad, es una cosa compleja, vital, enormemente viva en constante cambio, sufriendo toda clase de experiencias; es un torbellino de enorme energía, y no hay nadie que pueda enseñaros sobre él: ¿nadie?. Esto es lo primero que hay que ver. Una vez que comprendéis esto, que realmente veis su verdad, ya estáis liberados de una pesada carga, habéis dejado de esperar que

algún otro os diga lo que hay que hacer. Ya existe el principio de este extraordinario aire de libertad.

Tengo, pues, que conocerme, porque sin conocerme a mi mismo el conflicto no puede terminar, no pueden acabar el miedo ni la desesperación, no puede haber comprensión de la muerte. Cuando me comprendo, comprendo también a todos los seres humanos, la totalidad de las relaciones humanas. Comprenderse a si mismo es aprender sobre el cuerpo físico y las varias respuestas de los nervios, es darse cuenta de todo el movimiento del pensar, es comprender los celos, la brutalidad, y descubrir lo que es el afecto, lo que es el amor; es comprender todo eso que es el "yo", el "tu".

Aprender no es un proceso de sentar las bases del conocimiento. Aprender es de instante en instante, es un movimiento que os observáis infinitamente, sin condenar, interpretar ni evaluar nunca, sino meramente observando. En el momento en que condenáis, interpretáis o evaluáis, tendréis un patrón de conocimiento, de experiencia, y ese modelo os impide aprender.

Sólo es posible una mutación en la raíz misma de la mente cuando os comprendéis, y tiene que haber tal mutación, tiene que haber un cambio. No uso la palabra "cambio" en el sentido de ser influido por la sociedad, por el clima, la experiencia o la presión en alguna otra forma. Presiones e influencias meramente os impulsaran en cierta dirección. Me refiero al cambio que se produce sin esfuerzo, porque os comprendéis. Desde luego que hay una basta diferencia entre los dos: entre el cambio producido por compulsión y el que viene de modo espontáneo, natural, libre.

Pues bien, si sois serios (y creo que sería un poco absurdo haber recorrido todo el camino para asistir a estas charlas con este calor y aguantar una serie de incomodidades si no fuerais serios), entonces estas tres semanas aquí ofrecerán una buena oportunidad para aprender, para la observación real, para la indagación profunda. Porque, mirad, me parece que nuestra vida es tan superficial, sabemos y hemos experimentado mucho, podemos hablar muy inteligentemente, y en realidad no tenemos profundidad. Vivimos en la superficie y, al hacerlo, tratamos de conseguir que ese vivir superficial sea muy serio. Mas yo hablo de una seriedad que no está meramente al nivel superficial, una seriedad que penetra hasta las profundidades mismas del propio ser. La mayoría de nosotros no somos realmente libres; y creo que, a menos que seamos libres: libres de las preocupaciones, de los hábitos, de las incapacidades psicosomáticas, del miedo nuestra vida seguirá siendo terriblemente superficial y vacía, y en ese estado envejecemos y morimos.

Así que, durante estas tres semanas, descubramos si podemos abrirnos paso por esta superficial existencia que hemos cultivado tan cuidadosamente y sumergirnos en algo que está mucho más hondo. Y el proceso de ahondar no es por medio de la autoridad; no es cuestión de que nos diga otro como hay que hacerlo, porque

no hay nadie que os lo pueda decir. Lo que vamos a hacer aquí es aprender juntos lo que hay de verdad en todo esto; y un vez que realmente comprendáis lo que es verdadero, entonces habrán terminado todas las esperanzas puestas en la autoridad; entonces no necesitáis ningún libro, no necesitáis ir a ninguna iglesia o templo, habéis dejado de ser seguidores. Hay gran belleza, gran profundidad, gran amor en la libertad, cosas de las cuales ahora no sabemos nada en absoluto, porque no somos libres. De modo que nuestro primer interés, me parece, es inquirir sobre esta libertad, no sólo a través del análisis verbal o lingüístico, sino también por el hecho de vernos libres de la palabra.

Hace mucho calor, pero me parece que hemos hecho todo lo que podíamos para lograr que el interior de la tienda esté bastante fresco. No podemos celebrar estas reuniones más temprano, porque hay muchos que vienen desde lejos. Tendremos, pues, que soportar este calor como parte de las molestias.

Como sabéis, uno tiene que ser disciplinado, no por imposición ni control rígido, sino por la comprensión de toda la cuestión de la disciplina, aprendiendo sobre ella. Tomad por ejemplo algo inmediato: el calor. Puede uno darse cuenta de este calor y no estar molesto por el, porque nuestro interés, nuestra indagación, que es el movimiento mismo del aprender, es mucho más importante que el calor y la incomodidad del cuerpo. El aprender requiere, pues, disciplina, y el acto mismo de aprender es disciplina; y, por tanto, no tiene que haber disciplina impuesta ni control artificial. Es decir, quiero escuchar, no sólo lo que se está diciendo, sino también todas las reacciones que despiertan en mi esas palabras. Quiero percibir todo movimiento del pensar, de todo sentimiento, de todo gesto. Esto, en si, es disciplina, y tal disciplina siempre es extraordinariamente flexible.

Creo, pues, que lo primero que tenéis que descubrir es si, como seres humanos que viven en una cultura o comunidad determinada, reclamáis realmente libertad como reclamáis alimento, sexo, comodidad; y hasta que punto y que tan profundamente estáis dispuestos a llegar para ser libres. Creo que eso es lo único que podemos hacer en la primera charla o, más bien, lo único que podemos hacer durante estas tres semanas, porque es lo único que podemos compartir. Eso y ninguna otra cosa. Porque todo lo demás llega a ser mero sentimentalismo, devoción, emotividad, cosas que carecen grandemente de madurez. Mas si ustedes y yo estamos realmente buscando inquiriendo, aprendiendo lo que significa ser libres o estar libres, entonces esa abundancia la podemos compartir todos.

Como dije al principio, aquí no hay instructor, aquí no hay instruidos, cada uno de nosotros está aprendiendo, pero no sobre algún otro. No estáis aprendiendo sobre el que habla ni sobre vuestro prójimo; estáis aprendiendo sobre vosotros mismos, y si aprendéis así, entonces sois el que habla sois vuestro vecino. Si aprendemos sobre nosotros mismos, podéis amar a vuestro prójimo. De lo contrario, no podéis, y todo esto seguirán siendo meras palabras. No podéis amar a vuestro prójimo si sois competidores. Toda nuestra estructura social, económica, política, moral,

religiosa, se basa en la competencia. Y al mismo tiempo, decimos que tenemos que amar al prójimo. Tal cosa es imposible, porque donde haya competencia no puede haber amor.

Así es que, para comprender lo que es el amor, lo que es la verdad tiene que haber libertad. Y nadie puede daros eso, tenéis que descubrirla por vosotros mismos trabajando de firme. (12 de julio de 1964. Ed. Orión 1995 J. Krishnamurti)
Capítulo Segundo

El otro día, cuando nos reunimos aquí, estuve hablando sobre la necesidad de libertad; y con esa palabra, “libertad”, no me refiero a libertad superficial o fragmentaria, a ciertos niveles de la propia conciencia. Yo hablaba de ser enteramente libre: libre en la raíz misma de la propia mente, en todas las actividades físicas, psicológicas y parasicológicas de uno. La libertad implica la total ausencia de problemas, ¿no es así?. Porque cuando la mente es libre puede observar y actuar con completa claridad; puede ser lo que es sin ningún sentido de contradicción. Para mi, una vida de problemas, económicos y sociales, privados o públicos, destruye y pervierte la claridad. Y uno necesita claridad, necesita una mente que vea claro todo problema, a medida que surge, una mente que puede pensar sin confusión, sin condicionamiento, una mente que tenga la calidad del afecto y del amor, que no tiene nada que ver con la emotividad ni con el sentimentalismo.

Para encontrarse en ese estado de libertad –que es sumamente difícil de comprender y que requiere mucha exploración- debe uno tener una mente no perturbada, tranquila; una mente que este funcionando por entero, no sólo en la periferia sino también en el centro. Esta libertad no es una abstracción, no es un ideal. El movimiento de la mente en libertad es una realidad, y los ideales y abstracciones no tienen nada que ver con él en absoluto. Tal libertad sobreviene de modo natural, espontáneo, sin ninguna clase de coerción, disciplina, control ni persuasión, cuando comprendemos todo el proceso del seguir y terminar los problemas. Una mente que tenga un problema, que es realmente una perturbación y haya escapado de él, sigue estando lisiada, atada, no es libre. Para la mente que no resuelve todo problema según va surgiendo, en cualquier nivel que sea, (físico, psicológico, emocional), no puede haber libertad ni, por tanto, claridad de pensamiento, de actitud, de percepción.

La mayoría de los seres humanos tienen problemas. Entiendo por “problema” la prolongada perturbación creada por la inadecuada respuesta a un reto, es decir, por la incapacidad para hacer frente a una cuestión de manera total, con nuestro ser entero; o por la indiferencia, que da por resultado la aceptación habitual de los problemas y el limitarse a soportarlos.

Hay un problema cuando no se hace frente a cada cuestión ni se va hasta su fin mismo, no mañana ni en alguna fecha futura, sino cuando surge, cada minuto, cada hora, cada día.

Cualquier problema, a cualquier nivel, consciente o inconsciente, es un factor que destruye la libertad. Es algo que no comprendemos por completo. Un problema puede ser el dolor moral, la molestia física, la muerte de alguien o la falta de dinero; o puede ser la incapacidad para descubrir por si mismo si dios es una realidad o simplemente una palabra sin sustancia. Y existen los problemas de la relación, tanto privados como públicos, individuales lo mismo que colectivos. El no comprender la totalidad de la relación humana engendra efectivamente problemas; y la mayoría de nosotros tenemos estos problemas –de los cuales surgen las enfermedades psicosomáticas- que paralizan nuestra mente y nuestro corazón. Estando agobiados por estos problemas, recurrimos a varias formas de evasión; rendimos culto al Estado, aceptamos la autoridad, esperamos que algún otro nos resuelva los problemas, nos unimos en una inútil repetición de plegarias y ritos, nos entregamos a la bebida, al sexo, al odio, a la lastima de nosotros mismos, etc.

Hemos cultivado, pues, cuidadosamente una red de evasiones –racionales o irracionales, neuróticas o intelectuales- que nos capacitan par aceptar y, por lo tanto, soportar todos los problemas humanos que surgen. Pero estos, inevitablemente, engendran confusión, y la mente no es libre.

Ahora bien, no sé si veis como yo la necesidad, no una necesidad fragmentaria, no la necesidad de un día, porque os veáis forzados súbitamente a enfrentaros con una cuestión, sino la absoluta necesidad, desde el principio mismo del propio pensamiento, sobre estas cosas hasta el fin mismo de la propia vida, de no tener ningún problema.

Es probable que no sintáis la urgencia de ello. Más. Si uno ve en forma muy clara y objetiva, no abstracta, que el estar libre de problemas es tan necesario como el alimento o el aire puro, entonces, partiendo de esa percepción, uno actúa, tanto psicológicamente como en la ocupación de la vida diaria; está presente en todo lo que uno hace, piensa y siente.

Al menos durante esta mañana, el asunto principal es la liberación de los problemas. Mañana podemos abordarlo de modo distinto, pero no importa. Lo que importa es ver que una mente en conflicto es destructiva, porque está constantemente deteriorándose. El deterioro no es cuestión de vejez ni de juventud, sino que sobreviene cuando la mente está presa del conflicto y tiene muchos problemas sin resolver. El conflicto es el núcleo del deterioro y de la decadencia. No se si veis la verdad de eso. Si la veis, entonces la cuestión es como resolver el conflicto. Mas primero tiene uno que percibir por si mismo la verdad de que una mente que tenga un problema de cualquier clase, a cualquier

nivel, de cualquier duración, es incapaz de pensar claro, de ver las cosas como son, de manera brutal, implacable, sin ningún sentimiento de lastima de sí mismo.

Pero la mayoría de nosotros estamos acostumbrados a eludir de modo inmediato un problema que surja, y hayamos muy difícil estar con él. Simplemente observando sin interpretar, condenar ni comparar, sin tratar de modificarlo o de hacer algo con él. Esto requiere la completa atención de uno; mas, para la mayoría de nosotros, ningún problema es nunca tan serio que queramos prestarle toda nuestra atención, pues hacemos una vida muy superficial y fácilmente nos contentamos con respuestas plausibles, reacciones rápidas. Queremos olvidar el problema, relegarlo a un lado y seguir con alguna otra cosa. Sólo cuando el problema nos afecta íntimamente, como en el caso de la muerte o de una completa falta de dinero, o cuando el marido o la esposa nos ha abandonado, sólo entonces es cuando el problema puede llegar ha ser crítico. Mas nunca dejamos que un problema produzca una crisis real en nuestra vida, siempre lo relegamos con explicaciones, palabras, las diversas cosas que utilizamos como defensa.

Sabemos, pues, lo que entendemos por la palabra problema. Es una cuestión hasta cuyo fondo mismo no hemos llegado y que no hemos comprendido por completo; No está pues terminada, se repite una y otra vez. Para comprender un problema tenemos que comprender las contradicciones –las extremas tanto como las cotidianas- de nuestro propio ser. Pensamos una cosa y hacemos otras. Decimos una cosa y sentimos de modo muy distinto. Existe el conflicto del respeto y la falta de respeto, la grosería y la cortesía; por un lado está el sentido de la arrogancia, el orgullo, y por el otro jugamos con la humildad. Ya sabéis las muchas contradicciones que todos tenemos, tanto conscientes como ocultas. Pero ¿cómo surgen estas contradicciones?.

Por favor, como he dicho repetidamente, no os limitéis a escuchar al que habla, sino escuchad también vuestro propio pensamiento; observad como actúan vuestras propias reacciones, daos cuenta de vuestra propia respuesta cuando se formula la pregunta, de modo que os vayáis conociendo.

La mayoría de nosotros, cuando tenemos un problema, queremos saber como resolverlo, que hacer con él, como trascenderlo, como librarnos de él o cual es la respuesta. No estoy interesado en todo eso, quiero saber porque surge el problema; porque si puedo hallar la raíz de un problema, comprenderlo, llegar a su mismo fin, entonces habré hallado la respuesta a todos los problemas. Si sé como hay que mirar de forma completa uno de ellos, entonces puedo comprender cualquier otro que surja en el provenir.

¿Cómo surge un problema psicológico? Veamos esto primero, porque los problemas psicológicos falsean toda actividad de la vida. Cuando la mente, al aparecer un problema psicológico, lo comprende, lo resuelve y no arrastra su recuerdo hasta la hora siguiente o hasta el día siguiente, sólo entonces es capaz

de hacer frente al nuevo reto, con frescura, con claridad. Nuestra vida es una serie de retos y respuestas y debemos ser capaces de encararlos por completo con cada reto, porque de lo contrario todos los momentos nos traerán más problemas. ¿Comprendéis?. Todo mi interés está en ser libre en no tener problemas: con Dios, con el sexo, con cualquier cosa. Si Dios se convierte en mi problema, entonces no vale la pena buscar a Dios; porque para descubrir si existe eso que se llama Dios, un algo supremo que rebasa la medida de la mente, mi propia mente ha de ser muy clara, inocente, libre, no impedida por un problema.

Por eso he dicho desde el principio mismo que la libertad es necesaria. Se me dice que aún Carl Marx, el dios de los comunistas, escribió diciendo que los seres humanos han de tener libertad. Para mi, la libertad es absolutamente necesaria: Libertad al principio, al medio y al fin. Y esa libertad se niega cuando yo arrastro un problema hasta el día siguiente. Esto significa que no sólo tengo que descubrir como surge el problema, sino también como terminar con él por completo, quirúrgicamente, para que no haya repetición, para no ir cargando con él, para no sentir que pensando en él voy a encontrar la respuesta mañana. Si arrastro el problema hasta el día siguiente, propicio el terreno en el cual el problema se arraiga entonces la necesidad de podar el problema se convierte en otro problema. Por consiguiente, tengo que actuar de modo tan drástico e inmediato que el problema termine por completo.

Así pues, ahí están las dos cuestiones: descubrir como surge el problema y también como acabar con él instantáneamente; tanto si el problema es la esposa, los hijos, la falta de dinero, Dios, o lo que sea.

Lo que estoy diciendo no es ilógico. Os he mostrado en forma lógica, razonable, la necesidad de acabar con el problema y o arrastrarlo hasta el día siguiente. ¿Os gustaría hacer algunas preguntas sobre esto.

Pregunta: no comprendo porque decís que el dinero no es un problema.

Krishnamurti: Es un problema para muchos. Nunca he dicho que no lo sea. Mirad, dije que un problema es algo que no comprendéis por completo, ya sea con respecto al dinero, el sexo, Dios, a vuestra relación con la esposa, con alguien que os odia, no importa lo que sea. Si tengo una dolencia o muy poco dinero, esto se convierte en un problema psicológico. O puede ser que el sexo llegue a ser un problema. Estamos investigando como surgen los problemas psicológicos, no como hacer frente a uno determinado. ¿Comprendéis? ¡Dios mío! Esto es muy sencillo.

Como sabéis, hay personas en oriente que abandonan el mundo y vagan de pueblo en pueblo, con un cuenco de mendicante. Los brahmanes de la India han establecido, al correr de los siglos, la costumbre de que se respete al hombre que abandona el mundo, y que la gente lo debe alimentar y vestir. Para un hombre así, el dinero no es problema, evidentemente; pero conste que yo no estoy

aconsejando aquí esa costumbre. Me limito a señalar que la mayoría de nosotros tenemos problemas psicológicos. ¿No tenéis problemas, no sólo con respecto al dinero, sino también con el sexo, Dios, las relaciones humanas? ¿no os interesáis sobre si se os ama o no?. Si tengo muy poco dinero y quiero más entonces eso se convierte en mi problema, me preocupo por ello, hay un sentimiento de ansiedad; o me vuelvo envidioso, porque tenéis más dinero que yo. Todo esto falsea la percepción, y estos son los problemas de que hablamos. Tratamos de descubrir como surge un problema de esta clase. Creo que he dejado esto bastante claro. ¿o queréis que ahonde más en ello?.

Seguramente que un problema surge cuando hay en mí una contradicción. Si no la hay, a ningún nivel, no habrá problema; si no tengo dinero trabajaré, mendigaré, pediré prestado, haré algo, y no será problema.

Pregunta: Pero ¿qué pasa cuando no se puede hacer nada?.

Krishnamurti: ¿Qué queréis decir con eso de que "no se puede hacer nada"? Si tenéis una técnica o algún conocimiento especializado, ejerceréis alguna profesión. Si no, os pondréis a cavar.

Comentario: Después de cierta edad, un hombre ya no puede trabajar en nada.

Krishnamurti: Pero tiene la previsión social del Estado.

Comentario: No, no la tiene.

Krishnamurti: Entonces se muere y ya no hay problema. Pero este no es vuestro problema, señora, ¿verdad?.

Pregunta: No es mi propio problema personal.

Krishnamurti: Entonces estáis hablando de otra persona y no nos ocupamos de eso. Aquí hablamos de nosotros como seres humanos con problemas, y no de algún pariente o amigo.

Comentario: Aparte de mi no tiene nadie que lo cuide; sólo yo. ¿Cómo voy a venir a escucharos y dejarlo sin ayuda?.

Krishnamurti: No vengáis.

Comentario: Pero es que yo quiero venir.

Krishnamurti: Entonces, no lo convirtáis en problema.

Pregunta: ¿Estáis diciendo que cuando existe una situación embarazosa o inconveniente, como la falta de dinero, puede la mente elevarse por encima de ella?.

Krishnamurti: No. Como veis ya os habéis adelantado a mí, tratando de resolver el problema. Queréis saber como hacerle frente, Y yo no he llegado a eso todavía. Me he limitado a exponer el problema; y no he dicho lo que hay que hacer con él. Cuando decís que la mente tiene que elevarse por encima del problema, o cuando preguntáis lo que tiene que hacer un pariente o amigo que es viejo y no tiene dinero, ¿veis lo que estáis haciendo. Estáis escapando del hacho real. Un minuto, escuchad lo que estoy diciendo, no aceptéis ni rechacéis lo que diga, sino simplemente escuchadlo. No queréis encararos con el hecho de que sois vosotros los que tenéis el problema y no otra persona. Si podéis resolver el vuestro propio como seres humanos, podéis ayudar a otro o no, según sea el caso a resolver el suyo; pero en cuanto paséis a los problemas de otros y preguntéis: "¿qué tengo que hacer yo?", os habréis colocado en una posición en la cual no podéis tener respuesta, y por lo tanto eso llega a hacer una contradicción.

No se si ha quedado claro todo esto.
Pregunta: Soy analfabeto, debido a una incapacidad de la infancia, y este ha sido un gran problema para mi durante toda mi vida. ¿Cómo puedo resolverlo?

Krishnamurti: Todos os preocupáis terriblemente por la resolución de un problema, ¿no?. Yo no. Lo siento. Os dije al principio mismo de estas charlas que no estoy interesado en resolver problemas, vuestros o míos. No Soy vuestro auxiliar o guía. Vosotros sois vuestro propio maestro, vuestro propio discípulo. Estáis aquí para aprender, y no para preguntar a otro lo que hay que hacer y lo que no hay que hacer. No es cuestión de lo que debáis hacer con la persona impedida o con la que no tiene bastante dinero o con el analfabetismo, etc. Estáis aquí para aprender vosotros mismos sobre los problemas que tenéis, y no para que yo os instruya. No me pongáis, pues, en esa falsa posición, porque no os instruiré si lo hiciera, me convertiría en un guía, en un gurú, aumentando así la propia explotación que existe en el mundo. Estamos pues aquí, ustedes y yo, para aprender, y no para ser instruidos. Estamos aprendiendo, no por estudio, no por experiencia, sino para estar alerta, despiertos, totalmente concientes de nosotros mismos; de modo que nuestra relación es enteramente distinta de la del instructor y el enseñado. El que habla no os está instruyendo ni diciendo lo que hay que hacer. Esto carecería por completo de madurez.

Pregunta: Cuando somos incapaces de ver todo lo que está implicado en un problema, ¿cómo podemos llegar a su raíz y resolverlo?

Krishnamurti: Tanto anheláis descubrir lo que hay que hacer, que no me habéis dado oportunidad de tratarlo. Os ruego que escuchéis durante dos minutos, si queréis. Yo no os estoy diciendo lo que hacer con vuestros problemas. Señalo cómo hay que aprender y lo que es aprender; y descubriréis que al aprender

sobre vuestro problema éste termina; mas, si esperáis que alguien os diga lo que hay que hacer con un problema, entonces os volveréis como un niño irresponsable, que está siendo dirigido por otra persona, y tendréis aún más problemas. Esto es así de fácil y sencillo. De modo que os ruego, de una vez y para siempre, que quede claro en vuestro corazón y vuestra mente.

Estamos aquí para a prender, no para que se nos instruya. Ser instruido es confiar a la memoria lo que se oye; pero la mera repetición de memoria no produce la resolución de los problemas. Sólo hay madurez en el proceso de aprender. De la falta de madurez nace el uso del conocimiento, de lo que simplemente ha sido memorizado como medio de resolver los problemas humanos, y sólo sirve para crear ulteriores modelos, más problemas.

El simple deseo de resolver un problema es eludirlo, ¿no?. No he penetrado en él, no lo he estudiado, explorado, comprendido. No conozco su belleza, ni su fealdad, ni su hondura; mi único interés está en resolverlo, dejarlo de lado. Este impulso para resolver un problema sin haberlo comprendido es una evasión del mismo, y por lo tanto, se convierte en otro problema. Toda evasión engendra ulteriores problemas.

Ahora bien, tengo un problema y quiero comprenderlo por completo, no quiero escapar de él, no quiero verbalizar sobre él, ni contárselo a nadie, simplemente quiero comprenderlo. No estoy esperando a que alguien me diga lo que hay que hacer. Veo que nadie puede decirme lo que debo hacer; y si alguien me lo dijera y yo aceptase sus palabras, eso sería sumamente tonto y absurdo. Tengo pues, que aprender sin que me instruyan y sin hacer intervenir el recuerdo de lo que he aprendido sobre anteriores problemas al encararme con el actual. ¡Que pena que no veis la belleza de esto!.

¿Sabéis lo que significa vivir en el presente. No, me temo que no. Vivir en el presente es no tener continuidad en absoluto. Pero éste es un tema que discutiremos en alguna otra ocasión.

Tengo un problema y quiero comprender, quiero aprender sobre él. Para esto no puedo traer los recuerdos del pasado a fin de enfrentarme con él, porque el nuevo problema reclama un nuevo enfoque, y yo no puedo venir a él con mis recuerdos muertos, estúpidos. El problema es activo de modo que tengo que tratar con él en el presente activo y por lo tanto el elemento tiempo hay que relegarlo por completo. Quiero descubrir como surgen los problemas psicológicos. Como dije, si puedo comprender toda la estructura de la causalidad de los problemas y por lo tanto, estoy libre de creármelos, entonces sabré como actuar en relación con el dinero, con el sexo, con el odio, con respecto a todo en la vida; y en el proceso de tratar con estas cosas, no crearé otro problema. Tengo pues, que descubrir como surge un problema psicológico y no como resolverlo. ¿Me entendéis?. Nadie puede decirme como surge; tengo que comprenderlo por mi mismo.

Así como yo exploro en mi mismo, tenéis que explorar también en vosotros mismos y no limitaros a escuchar mis palabras. Si no vais más allá de las palabras y si no os miráis a vosotros mismos, las palabras no os ayudarán nada. Llegarán a ser mera abstracción, no una realidad. La realidad es el movimiento efectivo de vuestra propia indagación, que descubre, y no la indicación verbal de ese movimiento.

Está claro todo esto hasta aquí.

Para mi, como dije, la libertad es de la más alta importancia. Mas la libertad no puede comprenderse en modo alguno sin inteligencia; y la inteligencia sólo puede venir cuando uno ha comprendido completamente, por si mismo, la causa de los problemas. La mente ha de estar alerta, atenta; ha de hallarse en estado de supersensibilidad, para que cada problema se resuelva a medida que surja. De lo contrario, no hay verdadera libertad, sólo hay libertad fragmentada y superficial, que no tiene valor alguno. Es como el hombre rico que dice ser libre. ¡Dios mío!, es esclavo de la bebida, del sexo, de la comodidad, de una docena de cosas. O como el hombre pobre que dice: “Soy libre porque no tengo dinero”, pero tiene otros problemas. Así, la libertad y la conservación de esta libertad no pueden ser una mera abstracción; tienen que ser la absoluta demanda, por vuestra parte, como seres humanos, porque sólo cuando hay libertad es cuando podéis amar. ¿Cómo podéis amar si sois ambiciosos, codicioso, competitivos?.

No asintáis señores. Me estáis dejando que haga yo todo el trabajo.

No estoy nada interesado en resolver el problema, ni en buscar a alguien que me diga el modo de resolverlo. No me lo puede decir ningún libro, ningún guía, ninguna iglesia, sacerdote, salvador. Hemos jugado con eso miles de años y todavía seguimos cargados de problemas, que lo único que hacen es seguir multiplicándose, como ocurre ahora. Así que, ¿cómo surge un problema?.

Como dije, cuando no hay contradicción en nuestro interior, no hay problema. La auto contradicción implica un conflicto del deseo, pero el deseo mismo nunca es contradictorio. Desde luego que lo que crea contradicción son los objetos del deseo; como pinto cuadros, o escribo libros, o hago alguna cosa tonta, quiero ser famoso, reconocido. Cuando nadie me reconoce, hay una contradicción y me siento desgraciado, tengo miedo de la muerte, que no he comprendido; y en lo que llamo amor hay una contradicción. Veo pues, que el deseo es el principio de la contradicción; no el deseo mismo, sino los objetos del deseo son los contradictorios. Si trato de cambiar o negar los objetos del deseo, diciendo que me voy a aferrar a una sola cosa y a nada más, entonces eso también se vuelve un problema, porque tengo que resistir, tengo que levantar barreras contra todo lo demás. Así es que lo que tengo que hacer no es meramente cambiar o reducir los objetos del deseo, sino comprender el deseo mismo.

Podéis decir: ¿Qué tiene que ver todo esto con el problema? Creemos que es el deseo el que crea conflicto, contradicción; y yo indico que no es el deseo, sino los objetos o fines en conflicto con el deseo los que crean la contradicción. Y no es bueno tratar de no tener más que un deseo.

Eso es como el sacerdote que dice: “Sólo tengo un deseo, el de alcanzar a Dios”, y que tiene innumerables deseos, de los cuales no es consciente siquiera. Tiene uno, pues, que comprender la naturaleza del deseo, y no limitarse a someterlo a control o a negarlo. Toda la literatura religiosa dice que tenéis que destruir el deseo, estar sin él, cosa que nada vale. Tiene uno que comprender como surge el deseo y que es lo que le da continuidad. ¿Entendéis el problema?. Podéis ver como surge el deseo; es bastante sencillo.

Hay percepción, contacto, sensación, incluso sensación sin contacto; y de la sensación viene el principio del deseo. Veo un automóvil; sus líneas, su forma, su belleza, me atraen, y lo quiero. Pero destruir el deseo es no ser sensible para nada. Desde el momento en que soy sensible, ya estoy en el proceso del deseo. Veo un objeto bello, o una bella mujer, lo que sea, y surge el deseo; o veo un hombre de enorme inteligencia e integridad y quiero ser así. De la percepción viene la sensación, y de esta el principio del deseo. Esto es lo que realmente sucede. No hay en ello nada complicado. La complejidad empieza cuando interviene el pensamiento y da continuidad al deseo. Pienso en el auto o en la mujer o en el hombre inteligente, y por ese pensamiento se le da continuidad al deseo. De lo contrario, este no tiene continuidad. Puedo mirar el vehículo, y con eso se acabó. ¿Comprendéis esto?. Pero en el momento en que le concedo un momento de mi pensamiento a ese vehículo, entonces el deseo tiene continuidad, y la contradicción empieza.

Pregunta: ¿Puede haber deseo sin objeto?

Krishnamurti: No existe tal cosa. No hay deseo abstracto.

Pregunta: Entonces el deseo está siempre conectado con un objeto, pero dijisteis antes que tenemos que comprender el mecanismo del propio deseo y no preocuparnos de su objeto.

Krishnamurti: Señor, he señalado como surge el deseo y como, por el pensamiento, le damos continuidad al deseo.

Lo siento, pero tenemos que detenernos ahora y continuar el jueves próximo.

14 de julio 1964.

CAPÍTULO TERCERO

Hay, creo, mucha diferencia entre comunicación y comunión. En la comunicación se comparten las ideas por medio de palabras, agradables o desagradables, por medio de símbolos, por gestos, y las ideas pueden traducirse ideológicamente o interpretarse con arreglo a las peculiaridades, idiosincrasias y trasfondo de uno mismo. Mas en la comunión creo que se realiza algo muy distinto: en ella no se comparten ni interpretan ideas. Podéis o no estar comunicándoos por medio de palabras, pero estáis en relación directa con lo que estas observando y estáis en comunión con vuestra propia mente, con vuestro propio corazón. Puede uno estar en comunión con un árbol, por ejemplo, o con una montaña o con un río. No sé si alguna vez os habréis sentado bajo un árbol y habréis tratado realmente de estar en comunión con él. No es sentimentalismo, no es emotividad: estáis directamente en contacto con el árbol. Hay una extraordinaria intimidad de relación; en tal comunión tiene que haber silencio, tiene que haber un hondo sentido de quietud; vuestros nervios, vuestro cuerpo, están en calma; el corazón mismo casi se detiene. No hay interpretación, no hay comunicación o participación. No sois el árbol, ni estáis identificados con él; sólo existe un sentido de intimidad dentro de una gran profundidad silenciosa. No sé si lo habréis intentado alguna vez. Ensayadlo en alguna ocasión, cuando vuestra mente no esté parloteando, cuando no esté vagando por todas partes, cuando no estéis monologando, cuando no recordéis las cosas que se han hecho o que hay que hacer. Olvidando todo esto, tratad sencillamente de entrar en comunión con una montaña, con un arroyo, una persona, un árbol, con el movimiento mismo de la vida. Eso requiere un asombroso sentido de quietud y una peculiar atención, no concentración, sino una atención que venga con facilidad, con agrado.

Pues bien, me gustaría entrar en comunión con vosotros esta mañana sobre lo que estuvimos discutiendo el otro día. Hablábamos sobre la libertad y su calidad. La libertad no es un ideal, algo que esté lejos; no es la formación de ideas de una mente retenida en prisión, lo que sería sólo una teoría. La libertad sólo puede existir cuando la mente ya no está impedida por ninguna clase de problemas. Una mente que tenga problemas nunca podrá estar en comunión con la libertad o darse cuenta de la extraordinaria calidad de ésta.

La mayoría de las personas tienen problemas y se limitan a soportarlos; se acostumbran a los que tienen y los aceptan como parte de sus vidas, pero esos problemas no se resuelven aceptándolos ni acostumbrándose a ellos, y, si arañáis la superficie, ahí están todavía supurando; y la mayoría de las personas viven en ese estado: aceptando perpetuamente problema tras problema, un dolor tras otro. Hay un sentimiento de desilusión, de ansiedad, desesperación, y lo aceptan. Ahora bien, si nos limitamos a aceptar problemas y vivir con ellos, es evidente que no habremos resuelto sus problemas en absoluto. Podemos decir que están olvidados o que ya no importan; pero si importan infinitamente, porque pervierten

la mente, falsean la percepción y destruyen la claridad. Para la mayoría de nosotros, cuando tenemos un problema este ocupa todo el campo de nuestra vida. Puede ser un problema de dinero, de sexo, de ignorancia o el deseo de realizarse, de llegar ha ser famoso; sea lo que fuere, nos interesa tanto ese problema que consume nuestro ser, y creemos que resolviéndolo quedaremos libres de toda nuestra desdicha, pero mientras una mente pequeña, estrecha, está tratando de resolver su problema particular, sin relación con el movimiento entero de la vida, nunca podrá estar libre de problemas, cada uno de ellos está relacionado con otro, y si os limitáis a tomar uno y tratar de resolverlo de un modo fragmentario, lo que estáis haciendo será completamente inútil. Es como cultivar un rincón de un campo y creer que lo habéis cultivado todo. Tenéis que cultivar todo el campo, tenéis que mirar todos los problemas.

Como decía el otro día, lo importante no es la resolución de un problema, sino su comprensión, por muy doloroso, por demandante, por inminente y apremiante que sea. No soy dogmático ni autoritario, pero me parece que el interesarse sólo en un problema determinado indica una mente muy mezquina, pequeña; y una mente así, que esté perpetuamente tratando de resolver su propio problema particular, nunca puede hallar la salida de los problemas. Puede escapar de varios modos, puede volverse amargada, cínica o entregarse a la desesperación; pero nunca podrá comprender todo el problema de la existencia.

Así es que, si hemos de tratar con problemas, tenemos que hacerlo con todo el campo del cual surgen los mismos, y no simplemente con un solo problema. Cualquiera de ellos, por muy intrincado, por demandante o apremiante, está relacionado con todos los demás; es pues, importante no pensar fragmentariamente en ese problema, una de las cosa más difíciles de hacer. Cuando tenemos un problema urgente, doloroso, insistente, la mayoría de nosotros creemos que debemos resolverlo aisladamente, sin tomar en consideración toda la red de problemas. Pensamos en él de un modo fragmentario, y una mente fragmentaria es realmente mezquina. Es, si se me permite la palabra, una mente burguesa. Escuchad, no estoy insultando, no uso esa palabra en forma despectiva, sino simplemente es indicación de lo que en realidad es la mente. Es mediocre la mente que quiere resolver aisladamente un problema determinado. Una persona que esté consumida por los celos quiere obrar en el acto, hacer algo, reprimir sus celos o vengarse. Pero ese problema particular está relacionado muy profundamente con otros; tenemos pues, que considerar todo el asunto, y no simplemente una parte de él.

Cuando estamos discutiendo alrededor de los problemas, a de comprenderse que no tratamos de hallar respuesta par ninguno. Como he señalado, la indagación que trate meramente de hallar respuesta par un problema es una evasión de éste. Tal evasión puede ser cómoda o dolorosa, puede requerir cierta capacidad intelectual, etc., pero, sea lo que fuere, sigue siendo una evasión. Si hemos de resolver nuestros problemas, si hemos de quedar libres de ellos, liberados de todas las presiones que implican, de modo que la mente quede en completa

calma y pueda percibir (porque sólo puede percibir en libertad), entonces vuestro primer interés tiene que estar no en saber como resolver cualquier problema, sino en comprenderlo. Comprender es mucho más importante que resolver un problema. La comprensión no es la capacidad ni la agudeza de una mente que ha adquirido diversas formas de conocimiento analítico y que es capaz de analizar un problema determinado; mas una mente que comprende está en comunión con el problema. Estar en comunión no es estar identificado con él. Como dije, par estar en comunión con un árbol, con un ser humano, con un río, con la extraordinaria belleza de la naturaleza, tiene que haber cierta calma, cierto sentido de apartamiento, de estar lejos de las cosas.

Lo que tratamos de hacer aquí es, aprender el modo de estar en comunión con el problema. Pero ¿comprendéis la dificultad en esta afirmación?. Cuando hay comunión con otro, el pensamiento del "yo" está ausente. Cuando estáis en comunión con una persona amada, con vuestra esposa, con vuestro hijo, cuando estrecháis la mano de un amigo, en ese momento (si no es meramente el falso sentimentalismo, la sensación y todo eso que se llama amor, sino algo muy distinto, algo vital, dinámico, real), hay una ausencia total de todo el mecanismo del "yo" con su proceso del pensamiento. Del mismo modo, el estar en comunión con un problema implica observación completa sin identificación. ¿no es verdad?. Vuestros nervios, cerebro, cuerpo, la entidad completa, está en calma. En ese estado podéis observar el problema sin identificación, y ese es el único estado en que puede haber comprensión del mismo.

Como sabéis, el que llaman artista puede pintar un árbol o escribir un poema sobre él, mas yo me pregunto si está realmente en comunión con el árbol. En el estado de comunión, no se busca un medio de expresión. Es de muy escasa importancia el que expreséis esa comunión en palabras, en el lienzo o en piedra; pero el sentido de importancia llega en el momento en que queréis expresarla, mostrarla, venderla legar a ser famoso, etc.

Comprender un problema por completo es estar en comunión con él. Entonces hallaréis que el problema no es nada importante y que lo que si importa es el estado de la mente que se haya en comunión con el problema. Una mente así no crea problemas; mas la que no sea capaz de comunión con el problema, que sea egocéntrica, egoísta, que quiera expresarse y todas las demás cosas inmaduras, esa mente mezquina es la que crea los problemas.

Así es que, como decía el otro día, para comprender el problema, cualquier problema; tenéis que comprender todo el proceso del deseo. Somos autocontradictorios psicológicamente y, por tanto en nuestra acción. Pensamos una cosa y hacemos otra, vivimos en un estado de contradicción con nosotros mismo, pues, si no, no habría problema; y la autocontradicción surge cuando no hay comprensión del deseo. Para vivir sin conflicto de ninguna clase en absoluto, tiene uno que comprender la estructura y la naturaleza del deseo, no reprimirlo, someterlo a control, tratar de destruirlo, ni meramente entregarse a él, como hace

la mayoría. Esto no significa echarse a dormir, vegetar y limitarse a aceptar la vida con toda su degeneración. Lo que significa es ver por sí mismo que el conflicto, en cualquier forma –ya sea reñir con la esposa o el marido, con la comunidad, con la sociedad, con lo que sea-, deteriora la mente, la vuelve obtusa, insensible.

Como dije el otro día, el deseo por sí mismo no está en estado de contradicción; son los objetos del deseo y la relación de éste con tales objetos lo que crea la contradicción. El deseo sólo tiene continuidad cuando hay identificación del pensamiento con ese deseo. Para observar tiene que haber sensibilidad; nuestros nervios, ojos y oídos, todo nuestro ser tiene que estar vivo y, sin embargo, la mente ha de estar en calma. Entonces puede uno mirar un hermoso automóvil, una bella mujer, una espléndida casa, o una cara extraordinariamente viva e inteligente; puede uno observar estas cosas, verlas como son, y ahí termina el asunto. Pero ¿qué es lo que suele suceder?. Hay deseo; y el pensamiento al identificarse con ese deseo le da continuidad.

No sé si me explico claramente. Discutiremos este punto un poco más adelante.

Lo importante es observar sin aportar pensamiento. Mas no convirtáis esta información en un problema. No digáis: "¿Cómo voy a observar, como voy a ver y sentir, sin dejar que intervenga el pensamiento?". Si percibís por vosotros mismos todo el proceso del deseo y la contradicción producida por sus objetos, y la continuidad que el pensamiento da al deseo, si veis toda esta maquinaria en funcionamiento, entonces no haréis esa pregunta.

Como sabéis, para aprender a conducir un auto no basta con que nos hablen sobre ello, tenéis que sentaros al volante, hacer arrancar el vehículo, aplicar los frenos, aprender todos los movimientos de la conducción. Del mismo modo tenéis que conocer el mecanismo extraordinariamente delicado del pensamiento y el deseo, y no limitaros a ser instruidos sobre el. Tenéis que mirarlo, aprender por vosotros mismo, y eso requiere una actitud sensible.

Lo importante es, pues, no la resolución del problema, sino su comprensión. un problema surge sólo cuando hay contradicción, conflicto; y este último implica esfuerzo. El esfuerzo para lograr, para llegar a ser, para cambiar esto en aquello, el esfuerzo para acercar una cos y alejar alguna otra. Este esfuerzo tiene su origen en el deseo: el deseo al que el pensamiento ha dado continuidad. Tenéis, pues, que aprender a cerca de todo este proceso: aprender, y no limitaros a que os instruya el que habla, cosa que no tiene valor alguno. Lo que oís por el teléfono puede ser bonito o puede ser desagradable; puede ser real o bien tonto, falso por completo; mas lo importante es lo que oís y no el instrumento mismo. Los más de nosotros concedemos importancia al instrumento; creemos que éste nos va a enseñar algo, y yo he prevenido constantemente contra esta forma particular de estupidez.

Estáis aquí para aprender; y escucháis, no simplemente al orador, sino a vosotros mismos. Estáis en comunión con vuestra propia mente. Estáis observando el funcionamiento del deseo y la forma en que surgen los problemas. Estáis entrando en intimidad con vosotros mismos, y esa intimidad sólo puede sentirse profundamente cuando abordáis el problema muy en calma, sin decir: “Tengo que resolver esta cosa brutal”, ni agitaros o excitaros sobre ello. Estáis descubriendo cómo surge un problema y cómo lo perpetúa el pensamiento, dando continuidad a un deseo determinado. Vamos, pues, a aprender sobre la aparición de un problema y su terminación, no tomándonos tiempo para pensar sobre él, sino acabar con él de manera inmediata.

Sea el que fuere el problema, el pensamiento le da continuidad. Si decís algo que me agrada, el pensamiento se identifica con ese placer y quiere seguir viviendo en él; por lo tanto, os considero mi amigo y os veo con frecuencia. Pero si decís algo que me ofende, ¿qué pasa? También le doy continuidad a ese particular sentimiento al pensar en él. Lo que habéis dicho puede ser verdad, pero no me gusta, y por lo tanto os eludo o quiero devolver el golpe. Éste es el mecanismo que crea problemas y que los mantiene en marcha.

Creo que esto está ya bastante claro. Al pensar constantemente sobre algo, le da uno continuidad. Ya conocéis la confusión con que pensáis sobre vosotros mismos y vuestra familia, todos los recuerdos placenteros y las ilusiones que tenéis sobre vosotros mismos; pensáis constantemente en todo eso y, por tanto, tiene continuidad. Mas, si empezáis a comprender todo el proceso y a aprender por vosotros mismos los caminos de la continuidad, entonces, cuando surge un problema, podéis estar en completa comunión con él, porque no interviene el pensamiento; y por tanto, se da la inmediata terminación del problema. ¿Entendéis?

Mirad, señores, tomemos un problema muy común: el deseo de seguridad. La mayoría de nosotros queremos sentirnos seguros. Ésta es un de las exigencias de la parte animal de los seres humanos. Es evidente que debéis tener cierta seguridad en el sentido físico, debéis tener un lugar en que vivir y debéis saber dónde vais a comer la próxima vez, a no ser que viváis en Oriente, donde podéis andar jugando con la inseguridad física, vagando de pueblo en pueblo y todo eso. Afortunada o desgraciadamente, aquí no podéis hacer eso; si lo hicierais, os meterían en la cárcel por vagabundos.

En el animal, en el bebe, en el niño , es muy fuerte el impulso a sentirse físicamente seguros, y la mayoría de nosotros exigimos sentirnos psicológicamente seguros, queremos estar seguros, ciertos. Por eso somos competidores, por eso somos celosos, tenemos codicia, envidia, somos brutales; por eso nos preocupamos tanto de cosas que nada importan. Esta demanda insistente de seguridad psicológicamente ha existido durante millones de años, y nunca hemos investigado su verdad. Hemos dado por sentado que debemos tener seguridad psicológica en nuestra relación con nuestra familia, con nuestra

esposa o nuestro marido, con los hijos, con la propiedad, con lo que llamamos Dios. A toda costa queremos sentirnos seguros.

Ahora bien, yo quiero estar en comunión con esta demanda de seguridad psicológica, porque es un problema real, ¿comprendéis? El no sentirnos psicológicamente seguros significa, para la mayoría de nosotros, hundirnos, o bien volvernos neuróticos, raros. Podéis ver esa mirada peculiar en la cara de muchas personas. Quiero descubrir la verdad del asunto, quiero comprender toda esta exigencia de seguridad; pues es el deseo de estar seguro en la relación lo que engendra celos, ansiedad, lo que hace surgir el odio y la desdicha en que vivimos la mayoría de nosotros. Y habiendo exigido seguridad durante tantos millones de años, ¿cómo va la mente, estando tan condicionada, a descubrir la verdad de la seguridad? Para descubrir su verdad, ciertamente, tengo que estar en comunión con ella. No puede decírmelo otra persona. Eso sería demasiado tonto. Tengo que aprender yo mismo sobre ello, tengo que investigarlo, descubrirlo; tengo que estar en completa intimidad con esta exigencia de seguridad; si no, nunca sabré si existe o no eso de la seguridad. Éste es probablemente el gran problema para la mayoría de nosotros. Si descubro que no existe la seguridad en absoluto, entonces no hay problema, ¿verdad? Entonces estoy fuera de esta batalla por la seguridad, y, por lo tanto, mi acción en la relación humana es enteramente distinta. Si mi esposa quiere escaparse, escapará, y yo no convierto esto en un problema, no odio a nadie, no me vuelvo celoso, envidioso, furioso, y todo lo demás.

Veo que ahora estáis mucho más familiarizados que yo con esta clase de cosas. Personalmente, no quiero convertir la seguridad en un problema; no quiero crear en mi vida un problema de *ninguna* clase: económico, social, psicológico o el llamado religioso. Veo muy claramente que una mente que tenga problemas; se vuelve obtusa, insensible, y que sólo es inteligente una mente sensible en alto grado. Y como este anhelo de seguridad es tan hondo y perpetuo en cada uno de nosotros, quiero descubrir la verdad sobre la seguridad, mas ésta es una cuestión muy difícil de investigar, porque, no sólo desde la niñez, sino desde el principio mismo del tiempo, siempre hemos querido sentirnos seguros: seguros en nuestro trabajo, en nuestros pensamientos y sentimientos, creencias y dioses, en nuestra nación, familia y propiedad. Por eso la memoria, la tradición, todo el trasfondo del pasado desempeñan un papel tan extraordinariamente importante en nuestra vida.

Mas toda esa experiencia hace aumentar mi sensación de seguridad. ¿comprendéis? Toda experiencia se registra en la memoria, se añade al almacén de cosas que han pasado. Esta experiencia acumulada llega a ser mi trasfondo permanente mientras yo viva, y con ese trasfondo sigo experimentando; por lo tanto, toda ulterior experiencia se añade a ese trasfondo de memoria en que me siento salvo y seguro, y lo refuerza. ¿Entendéis? Tengo, pues, que darme cuenta de todo este extraordinario proceso de mi condicionamiento. No se trata de saber como librarme de mi condicionamiento, sino de estar en comunión con él en todo

momento. Entonces puedo mirar el deseo de seguridad sin convertirlo en un problema.
¿Está claro esto hasta aquí? ¿Queréis hacer preguntas al llegar a este punto.

Pregunta: No hay comunión porque la mente está abrumada por el "yo".

Krishnamurti: Señor, os estoy preguntando algo. Os pregunto: ¿Qué es comunión? Pero ¿qué pasa cuando oís esa pregunta? Entra en funcionamiento todo el mecanismo de vuestra mente condicionada, y al contestáis; mas no habéis escuchado realmente la pregunta. Podéis haber pensado o no en ella antes, podéis haber pensado en ella casualmente; o tal vez habéis leído sobre esto en un libro u otro, y repetís lo que habéis leído. Pero no estáis *escuchando*. Cuando el que habla os dice: "Tratad de estar en comunión con un árbol", necesariamente si estáis interesados, primero tenéis que descubrir lo que significa. Id a sentaros bajo un árbol, o a orillas del río, o a la sombra de un monte, o simplemente mirad a vuestra esposa, a vuestro hijo. ¿Qué significa estar en comunión? Significa que no haya barrera de pensamiento entre el observador y lo que es observado. El observador no se identifica con el árbol, con la persona, con el río, con la montaña, con el cielo. Sencillamente, no hay barrera. Si hay un "yo", con sus complejos pensamientos y ansiedades, que está observando el árbol, entonces no hay comunión con él. Estar en comunión con alguien o con algo requiere espacio, silencio; vuestro cuerpo, nervios, mente, corazón, todo vuestro ser ha de estar en calma, en completa quietud. No digáis: "¿Cómo voy a estar en quietud?" No convirtáis la quietud en otro problema. Sencillamente ved que no hay comunión si el mecanismo del pensamiento está actuando, lo que no quiere decir que os echéis a dormir.

Probablemente nunca habréis echo esto; nunca habréis estado en comunión con vuestra esposa o vuestro marido, con quien dormís, respiráis, coméis, tenéis hijos, y todo lo demás. Probablemente nunca habréis estado en comunión ni aún con vosotros mismos. Si sois católicos, vais a la iglesia y recibís lo que se llama la comunión; pero no es eso. Tales cosas carecen de madurez.

Cuando hablamos así sobre comunión con la naturaleza, con las montañas, o de unos con otros, la mayoría no sabemos lo que significa y tratamos de imaginarlo. ¿Entendéis? Especulamos sobre eso y decimos que es el "yo" el que impide esta comunión. ¡Por Dios, no convirtáis la comunión en otro problema más! Ya tenemos bastantes. De modo que limitaos a escuchar. Estáis en comunión conmigo y yo lo estoy con vosotros. Os estoy diciendo algo y, para comprenderlo, tenéis que escuchar, pero el escuchar significa atención sin esfuerzo, dar descanso a vuestros nervios; no significa decir: "Tengo que escuchar", y, por tanto, poner en tensión lo nervios y todo el cuerpo. Significa que escuchéis con placidez, facilidad, en silencio, para descubrir qué es lo que quiere trasmitir el que habla. Aquello de que les hablo puede ser un completo disparate, o puede ser algo real, y tenéis que escuchar para descubrirlo. Pero ésa parece ser una de

vuestras mayores dificultades. No estáis realmente escuchando; en vuestra mente estáis disputando conmigo, levantando una muralla de palabras.

Digo que lo importante en todo esto es aprender a estar en comunión con vosotros mismos de un modo agradable, feliz, para que podáis seguir todos los pequeños movimientos del propio pensar, del sentir, sin tratar de corregirlos, sin decir que son buenos o malos, sin todos esos juicios tontos, burgueses, de pequeñas mentes mezquinas. Sencillamente observar; y, al hacerlo, sin identificaros con ningún pensamiento o sentimiento agradable o desagradable, hallaréis que podéis tener comunión con vosotros mismos.

La mayoría de nosotros queremos sentirnos psicológicamente seguros, insistimos en ello y, por eso, la familia se convierte en una pesadilla; llega a ser una cosa terrible, porque la usamos como medio de nuestra propia seguridad. Luego es la nación la que llega a ser nuestra seguridad, y pasamos por todo eso del nacionalismo. La familia está bien, pero cuando se utiliza como medio de seguridad se convierte en un veneno mortal.

Para descubrir lo verdadero sobre la seguridad, tenéis que estar en comunión con el profundamente arraigado deseo de estar seguros, que se está repitiendo constantemente en diversas formas: buscáis la seguridad, no sólo en la familia, sino también en recuerdos y en el dominio o la influencia de otro. Volvéis al recuerdo de alguna experiencia o relación que os ha complacido, que os dio esperanza, seguridad, y en ese recuerdo os refugiáis. Existe la seguridad de la habilidad, del conocimiento; existe la del nombre y la posición, y existe la de la capacidad: podéis pintar o tocar el violín o hacer cualquier otra cosa que os dé una sensación de seguridad.

Sin embargo, una vez que estáis en comunión con el deseo que os impulsa a buscar seguridad, y percibís que es este deseo el que crea contradicción, porque nada en la Tierra está nunca seguro, incluso vosotros mismos; cuando habéis descubierto eso y no os habéis limitado a que os hablen de ello, y habéis resuelto el problema por completo, entonces habéis salido de todo este campo de contradicción y estáis, pues, libres de temor.

¿Es esto suficiente por esta mañana?

No sé si estáis alguna vez en silencio en vuestro interior. Cuando camináis por la calle, la mente está en completa calma, observando y escuchando sin pensamiento; cuando conducís, miráis el camino, los árboles, los automóviles que pasan al lado, os limitáis a observar sin reconocimiento, sin que se ponga a actuar todo el mecanismo del pensamiento. Cuanto más actúa el mecanismo del pensamiento, más desgasta la mente, no deja espacio para la inocencia, y sólo la mente inocente es la que puede ver la realidad.

16 de julio de 1964.

CAPÍTULO CUARTO

Considero que hay una enorme diferencia entre cambio y mutación. El mero cambio no llevará a ninguna parte. Puede uno llegar a ser superficialmente adaptable, muy listo para ajustarse a los distintos ambientes y circunstancias de la sociedad y a diversas formas de presión interior y exterior; pero la mutación requiere un estado mental del todo distinto, y esta mañana desearía señalar la diferencia entre estas dos cosas. Cambio es alteración, reforma, la sustitución de una cosa por otra. El cambio implica un acto de voluntad, conciente o inconsciente. Y teniendo en cuenta la confusión, el hambre, la opresión, la completa desdicha que existe en los países asiáticos subdesarrollados, es evidente que tiene que haber un cambio radical, un cambio radical revolucionario. Tiene que haber un cambio físico o económico, sino también psicológico: cambio en todos los niveles de nuestro ser, exteriores lo mismo que interiores, para crear una mejor existencia humana. Creo que esto es bastante obvio y aún los más conservadores lo aceptan. Mas aunque aceptemos este hecho evidente, me temo que la mayoría de nosotros no hemos penetrado muy profundamente en la cuestión de que es lo que está implicado en el cambio. ¿Alcanzan alguna profundidad el ajuste, la sustitución, la reforma? ¿O se trata meramente de un pulimento superficial, una limpieza de la moralidad en la relación humana? Creo que deberíamos comprender lo mejor posible todo lo relacionado con este proceso de cambio, antes de que entremos en la cuestión de la mutación.

Aunque el cambio es necesario, para mi es siempre superficial. Al decir cambio, me refiero a un movimiento producido por el deseo o la voluntad, una iniciativa enfocada en una dirección particular, hacia una actitud o acción bien definida. Todo cambio tiene evidentemente un motivo tras de sí. El motivo puede ser personal o colectivo, puede ser manifiesto u oculto; puede ser un motivo bondadoso, generoso o bien de miedo, de desesperación; pero cualquiera que sea la naturaleza del motivo, a cualquier nivel, la iniciativa o el movimiento que surge de tal motivo producen efectivamente cierto cambio. Creo que esto está bastante claro. La mayoría de nosotros somos muy susceptibles, individual y colectivamente, a modificar nuestras actitudes bajo influencia, bajo presión y también cuando hay una nueva invención de alguna clase que afecta directa o indirectamente nuestras vidas. Se nos puede hacer cambiar los pensamientos, orientarlos en distinta dirección por un artículo de periódico o por la propaganda

de una idea. La religión organizada insiste en educarnos desde la niñez en cierta forma de creencia, condicionando por tanto la mente, y cualquier cambio que hagamos durante el resto de nuestra vida está generalmente dentro de los modificados limites de esa creencia.

Así, muy pocos de nosotros cambiamos, si no es por un motivo. El motivo puede ser altruista o personal, limitado o amplio; puede ser el miedo de perder un premio o de no alcanzar algún prometido estado futuro. Uno se sacrifica por lo colectivo, por el estado, por una ideología o por una forma determinada de creencia en Dios. Todo esto implica cierto cambio producido conciente o inconscientemente.
Pues bien, lo que llamamos cambio es una continuidad modificada de lo que ha existido, y en este llamado cambio hemos llegado a ser muy hábiles. Estamos haciendo constantemente nuevos descubrimientos en física, matemáticas, inventando nuevas cosa, preparando el viaje a la luna, etc. En ciertas áreas nos estamos volviendo extraordinariamente cultos, muy bien informados; y esta clase de cambio implica la capacidad para ajustarse al nuevo ambiente, a las nuevas presiones que este crea. Pero ¿es eso todo? Uno percibe las implicaciones de esta forma superficial de cambio, y, sin embargo, uno sabe interiormente, en lo profundo, que tiene que haber un cambio radical, un cambio no producido por ningún motivo o como resultado de alguna presión. Comprende uno que tiene que haber una mutación en la raíz misma de la mente, porque si no seremos sólo como los monos listos, con extraordinarias capacidades, pero no seremos realmente seres humanos en absoluto.

Comprendiendo, pues, todo esto hondamente dentro de uno mismo, ¿qué va uno a hacer?. Vemos que tiene que haber un cambio revolucionario, una completa mutación en la raíz misma de nuestro ser; sino, nuestros problemas, tanto económicos como sociales, inevitablemente aumentarán y se volverán cada vez más críticos. Uno necesita una mente nueva, fresca y para esto tiene que haber en la totalidad de la propia conciencia una mutación que no sea producida por un acto de voluntad y que, por tanto, no tenga motivo.

No sé si me estoy explicando claramente.

Viendo la necesidad de un cambio, puede uno ejercer la voluntad para producirlo, entendiéndose por voluntad el deseo reforzado en una particular dirección por la determinación, e iniciado por el pensamiento, el miedo, la rebeldía. Pero ese cambio producido por la acción del deseo, de la voluntad, sigue siendo limitado, es una continuidad modificada de lo que ha existido, como puede uno ver por lo que está ocurriendo en el mundo comunista, y también en los países capitalistas. Tiene que haber, pues, una extraordinaria revolución, una revolución psicológica en el ser humano, en el hombre mismo; mas si tiene una mira, si su revolución es con arreglo a un plan, entonces sigue estando dentro de los limites de lo conocido y, por tanto, no será cambio en absoluto.

Mirad, yo puedo cambiarme, puedo forzarme pensar de modo diferente o adoptar una serie distinta de creencias; puedo acabar con un habito determinado, librarme del nacionalismo, reforzar mi pensamiento, lavarme el cerebro, en vez de que lo haga un partido o una iglesia. Tales cambios en mi mismo son bastante fáciles de hacer; mas yo veo la completa futilidad de todo eso, porque es superficial y no lleva a una gran profundidad de comprensión desde la cual pueda uno vivir, ser y actuar. ¿Qué va uno pues a hacer?.

¿Comprendéis mi pregunta? Espero haberla expuesto claramente. Si hago un esfuerzo para cambiar, ese esfuerzo tiene un motivo, lo que significa que el deseo inicia un movimiento en determinada dirección. Existe la acción de la voluntad, y por tanto, cualquier cambio que sea producido es meramente una modificación, en realidad no tiene nada de cambio.

Veo muy claramente que tengo que cambiar y que el cambio tiene que producirse sin esfuerzo. Todo esfuerzo para cambiar se derrota a sí mismo, porque implica la acción del deseo, de la voluntad, con arreglo a un modelo, una formula o concepto preestablecido. ¿Que va uno a hacer, pues?.

No sé si sentís del mismo modo que yo sobre todo esto, sobre cuan extraordinariamente es, no sólo en lo intelectual, sino como factor vital en la propia vida. Durante millones de años el hombre ha estado haciendo un incesante esfuerzo para cambiar y, sin embargo, aún está preso de la desdicha, de la desesperación, del miedo, y tiene sólo algún ocasional destello de gozo y de delicia. Y ¿cómo va a desprenderse de su carga, sin hacer esfuerzo, esta entidad que ha sido tan fuertemente condicionada durante tanto tiempo?. Esta es la pregunta que nos estamos haciendo. Pero el desprenderse de la carga no debe convertirse en otro problema; porque, como señalé el otro día un problema es algo que no comprendemos, algo cuya terminación no tenemos capacidad de alcanzar.

Para producir esta mutación –no, no “producir”, no es esta la palabra... Tiene que haber mutación, y esta debe ocurrir ahora. Si introducís el tiempo como factor en la mutación, entonces el tiempo crea el problema. No hay mañana no hay tiempo en absoluto, para que yo cambie dentro de él, pues el tiempo es pensamiento. Es ahora o nunca. ¿Comprendéis?.

Veo la necesidad de este cambio radical en mí, como ser humano, como parte de toda la raza humana; y también veo que el tiempo –que es pensamiento- no tiene que ser uno de esos factores. El pensamiento no puede resolver este problema. He ejercitado el pensamiento durante miles y miles de años, pero no he cambiado, continúo con mis hábitos, con mi codicia, mi envida, mis temores, y aún estoy atrapado en el modelo competitivo de la vida. Es el pensamiento el que ha creado este modelo; y el pensamiento no puede, en ninguna circunstancia, cambiar este modelo sin crear otro, pues el pensamiento es tiempo. No puedo,

pues, recurrir al pensamiento, al tiempo, para producir una mutación, un cambio radical. No puedo ejercer la voluntad ni dejar que el pensamiento guíe el cambio.

¿Qué me queda pues?. Veo que el deseo, que es voluntad, no puede producir una mutación real en mí. El hombre ha jugado con ese durante siglos, y no se ha producido ningún cambio fundamental en él. Ha usado también el pensamiento para producir un cambio en sí mismo (el pensamiento en forma de tiempo, de "mañana", con todas sus exigencias, invenciones, presiones, influencias) y tampoco ha habido transformación radical.

¿Qué va uno pues a hacer?.

Pues bien, si uno ha comprendido toda la estructura y el movimiento de la voluntad, entonces esta no actúa en absoluto, y si uno ve que el uso del pensamiento o del tiempo como instrumento de cambio no es más que un aplazamiento, entonces el proceso del pensamiento termina. Pero ¿a que nos referimos cuando decimos que vemos o comprendemos algo? ¿Es la comprensión meramente intelectual, verbal, o significa ver algo como un hecho real?. Yo puede decir que comprendo, pero la palabra no es la cosa. La comprensión intelectual de un problema no es su resolución. Cuando sólo verbalmente comprendemos algo que es lo que llamamos comprensión intelectual, la palabra llega a ser extraordinariamente importante; mas, cuando hay verdadera comprensión, la palabra no es nada importante, no es más que un medio de comunicación.

Hay un contacto directo con la realidad, con el hecho. Si vemos como hecho real la futilidad de la voluntad, y también la del pensamiento o el tiempo para producir esta transformación radical, entonces la mente, habiendo rechazado toda la estructura de la voluntad, del pensamiento, carece de instrumento con que iniciar la acción.

Ahora bien, hasta aquí, vosotros y yo hemos estado en comunicación uno con el otro verbalmente, y tal vez hayamos establecido también entre nosotros cierta comunión; mas antes de seguir adelante, creo importante comprender lo que entendemos por comunión. Si habéis caminado alguna vez solos, entre los árboles de un bosque o a lo largo de la orilla de un arroyo, y habéis sentido la quietud, el sentido de vivir plenamente con todo: con las peñas, con las flores, con el arroyo, con los árboles, con el cielo, entonces sabréis lo que es la comunión. El "yo", con sus pensamientos, ansiedades, placeres, recuerdos, reminiscencias, desesperaciones, a cesado por completo. No hay un "yo" como observador aparte de la cosa observada; hay sólo el estado de completa comunión. Y eso, espero, es lo que hemos establecido aquí. No es un estado hipnótico. El que habla no está hipnotizado. Ha explicado con mucho cuidado, verbalmente, ciertas cosas, pero hay algo más que no puede explicarse verbalmente. Hasta cierto punto, podéis ser informados por las palabras que usa el que habla, pero, al mismo tiempo, tenéis que recordar que la palabra no es la cosa y que no debe dejarse

que la palabra interfiera en vuestra propia percepción directa del hecho. Cuando estáis en comunión con un árbol –si alguna vez lo estáis-, no tenéis la mente ocupada con que clase de árbol es o si es útil o no. Estáis directamente en comunión con el árbol. Del mismo modo, debemos establecer este estado de comunión entre vosotros y el que habla, porque lo que viene ahora es una de las cosas más difíciles de que se puede hablar.

Como dije, a terminado la acción de la voluntad, la acción del pensamiento como tiempo y el movimiento que se inicia por cualquier influencia o presión de cualquier cosa. Por lo tanto, la mente que ha observado y comprendido todo esto, no de modo verbal, está en completa quietud, no es iniciadora de ningún movimiento consciente o inconsciente. Todo esto es algo que hay que ver antes de que podamos avanzar algo más.

Puede ser que conscientemente no queráis actuar en ninguna dirección determinada porque hayáis observado la futilidad de toda clase de cambio calculado, desde el de los comunistas hasta el de los más reaccionarios conservadores. Veis cuán tonto es todo esto, pero interiormente, en lo inconsciente, tenéis el enorme peso del pasado, que os empuja en cierta dirección. Estáis condicionados por ser europeos, cristianos, científicos, matemáticos, artistas, técnicos; y existe la tradición de mil años, muy cuidadosamente explotada por la iglesia, que ha instilado en el inconsciente ciertas creencias y dogmas. Puede ser que rechacéis todo esto concientemente, pero en lo inconsciente su peso aún está ahí, seguís siendo cristianos, ingleses, alemanes, italianos, franceses; aún estáis gobernados por intereses nacionales, económicos y familiares y por las tradiciones de la raza a la que pertenecéis; y cuando se trata de una raza muy antigua, su influencia es mucho más honda.

Mas ¿cómo va uno a eliminar todo esto? ¿cómo podemos librar al inconsciente de su pasado de un solo golpe?. Los analistas creen que el inconsciente puede limpiarse de modo parcial o aún total, por medio del análisis: por la investigación, la exploración, la confesión, la interpretación de los sueños, etc., para que, por lo menos, os volváis seres humanos normales, capaces de ajustarse al medio ambiente actual; pero en el análisis están siempre el analizador y lo analizado, un observador que interpreta la cosa observada, lo cual es una dualidad, una fuente de conflicto.

Veo, pues, que el mero análisis de lo inconsciente no nos llevará a ninguna parte; puede ayudarme a ser un poco menos neurótico, un poco más bueno con mi esposa, con mi prójimo, o algo así de superficial; pero no es de eso de lo que estamos hablando. Veo que el proceso analítico. –que implica tiempo, interpretación, el movimiento de pensar en forma de observador que analiza la cosa observada- no puede liberar lo inconsciente; por lo tanto, rechazo por completo el proceso analítico. Desde el momento en que percibo el hecho de que el análisis no puede, en ninguna circunstancia, eliminar la carga del inconsciente, queda descartado el análisis, estoy fuera del análisis. ¿Qué ha pasado pues?

Como ya no hay analizador separado de la cosa que analiza, él es esa cosa, no es una entidad aparte de ella. Entonces encuentra uno que lo inconsciente es de muy poca importancia. ¿Entendéis?.

He señalado lo trivial que es lo consciente, con sus actividades superficiales, su parloteo incesante, etc., y lo inconsciente también es muy trivial. Lo inconsciente, como lo consciente, llega a ser importante sólo cuando el pensamiento le da continuidad. El pensamiento resulta adecuado, es útil en las cuestiones técnicas y todo eso; pero el pensamiento es por completo inútil para producir esta radical transformación. Cuando veo como da continuidad el pensamiento, termina la continuidad en forma del pensador.

Espero que todo esto se comprenda; se necesita una gran atención.

Lo consciente o lo inconsciente tiene muy poca importancia, sólo la tiene cuando el pensamiento le da continuidad. Cuando percibís la verdad de que todo el proceso del pensar es una reacción del pasado y que no es posible que haga frente a la enorme demanda que significa la mutación, entonces tanto lo consciente como lo inconsciente pierden su importancia, y la mente ya no está influida o dirigida por ninguno de los dos; por lo tanto, ya no está iniciando ningún movimiento; está en completa quietud, en calma, en silencio. Aunque la mente percibe que tiene que haber cambio, revolución, una completa transformación en la raíz de nuestro propio ser, no inicia sin embargo, ningún movimiento en ninguna dirección; y en esa percepción total, en ese completo silencio, ya se ha realizado la mutación. Así, pues, la mutación sólo puede realizarse en una forma no directa, cuando la mente ya no inicia ningún movimiento y por tanto, está en completa calma. En esa calma hay mutación, por que queda a la vista y se disipa la raíz de nuestro ser. Esa es la única revolución real, no la del tipo económico o social, y no puede ser producida par la voluntad, por el pensamiento. Sólo en ese estado de mutación es en el que podéis percibir algo que está más allá de la medida de las palabras, algo que es supremo, más allá de toda teología y de todo reconocimiento.

Espero que no os halláis dormido. Tal vez tengáis la amabilidad de hacerme alguna pregunta.

Pregunta: Por lo que he experimentado, el pensar me encadena al aislamiento, porque me impide entrar en comunión con las cosas que me rodean, y también me impide llegar a las raíces de mi mismo. Desearía, pues, preguntar: ¿por qué piensan los seres humanos? ¿cuál es la función del pensar humano? Y ¿por qué exageramos tanto la importancia del pensar?

Krishnamurti: Creí que ya habíamos dejado eso muy atrás. Muy bien, señor, voy a explicarlo.

El limitarse a escuchar una explicación no es ver el hecho, y no podemos entrar en comunión uno con otro por medio de la explicación, a menos que usted y yo veamos el hecho y lo dejemos así, es decir, sin interferir en él. Entonces estamos también en comunión con el hecho. Mas, si vos interpretáis el hecho de una manera y yo de otra, entonces no estamos en comunión, ni con el hecho ni uno con otro.

Veamos, ¿como surge el pensamiento, ese que aísla y que no da amor, el amor que es el único medio de comunicación?, y ¿como puede terminar ese pensamiento? El pensamiento y todo su mecanismo tiene que ser comprendido, y la misma comprensión de él es su terminación. Con su permiso, vamos a examinar esto.

Surge el pensamiento como una reacción cuando hay un estímulo. Si no hubiera un estímulo no pensaríais. El estímulo puede adoptar la forma de una pregunta, sea o no importante, y con arreglo a esa pregunta, respondéis. En el intervalo entre la pregunta y la respuesta empieza el proceso del pensamiento, ¿no? Si me preguntáis por algo que conozco bien, mi respuesta es inmediata. Sí, por ejemplo, me preguntáis que donde vivo, no habrá intervalo, porque no tengo que pensarlo, y a vuestra pregunta respondo de manera inmediata. Pero si vuestra pregunta es un poco más compleja, hay un intervalo (durante el cual estoy consultando la memoria) entre vuestra pregunta y mi replica. Podéis preguntarme cual es la distancia entre la tierra y la luna, y yo digo: “¡Cielos!. ¿Sé cual es?”. Si , lo sé y entonces respondo. Entre vuestra pregunta y mi respuesta hay un intervalo durante el cual la memoria ha funcionado y ha facilitado la respuesta, de modo que, cuando se me plantea una pregunta mi respuesta puede ser inmediata o puede llevar cierto tiempo. Si me hacéis una pregunta sobre algo de lo cual no sé nada en absoluto, el intervalo es mucho más largo. Yo digo: “No lo sé, pero lo averiguaré”; y al no encontrar la respuesta entre las cosas que recuerdo, recurro a alguien para que me lo diga, o lo busco en un libro. También durante este intervalo mucho más largo está en marcha el proceso del pensamiento. Con estas tres fases estamos muy familiarizados.

Ahora, hay una cuarta fase, que tal vez no conozcáis, o no la hayáis distinguido con claridad nunca antes, y es esta: me hacéis una pregunta, y en realidad no conozco la respuesta. Mi memoria no la recuerda, y no espero que nadie me la diga. No tengo respuesta ni expectativa. En realidad, no sé. No hay intervalo, ni por tanto, pensamiento, porque la mente no está mirando, no busca, no está a la espera. Ese estado es efectivamente una completa negación, es liberación de todo lo que la mente ha conocido, y sólo en ese estado es como puede comprender lo nuevo, lo supremo, o cualquier otra palabra con que queráis designarlo. En ese estado ha concluido todo el proceso del pensar; no hay el observador ni lo observado, el experimentador ni la cosa experimentada. Toda experiencia ha cesado y en ese silencio total hay mutación completa.

19 de julio de 1964.

CAPÍTULO QUINTO

Esta mañana me gustaría, si se me permite, hablar de algo que me parece muy importante. No es una idea ni un concepto, ni una formula que se haya de aplicar. Conceptos, formulas, ideas, realmente impiden la honda comprensión de los hechos tales como son. Al decir “comprender un hecho” me refiero a observar una actividad. Un movimiento del pensar o sentir, y apercibir su significado en el momento mismo de la acción. La percepción de un hecho tal como es tiene que realizarse en el momento mismo de la acción; y si uno no comprende en profundidad los hechos siempre estará acosado por el miedo.

Creo que la mayoría de nosotros tenemos esta enorme carga del miedo, consciente o inconsciente, y esta mañana quisiera examinar este problema con vosotros y ver si podemos lograr una comprensión total y, por consiguiente, una completa resolución del miedo, para que cuando uno salga de esta cálida tienda esté literalmente y en verdad libre del temor. Permitidme pues, sugerir que escuchéis en silencio, más bien que disputando interiormente conmigo. Un poco más adelante discutiremos intercambiaremos palabras verbalizaremos nuestros pensamientos y sentimientos. Mas, por el momento, escuchemos en cierto sentido negativamente, es decir, sin ninguna aserción positiva del acto de escuchar. Simplemente escuchar, me estoy comunicando con vosotros. Vosotros no os estáis comunicando conmigo. Os estoy diciendo algo. Para comprender que es lo que quiero transmitir, tenéis que escuchar, y en el acto mismo de escuchar podréis entrar en comunicación con el que habla.

Desgraciadamente la mayoría de nosotros somos incapaces de esta escucha negativa, silenciosa, no sólo aquí, sino también en nuestra existencia cotidiana. Cuando salimos a dar un paseo, no escuchamos los pájaros, el susurro de los árboles, el murmullo del río, no escuchamos las montañas, ni los cielos que están más allá. Para estar directamente en comunión con la naturaleza y con las personas, tenéis que escuchar; y sólo podéis escuchar cuando estáis en silencio negativamente, es decir, cuando escucháis sin esfuerzo, sin que haya acción mental, sin verbalizar, disputar, discutir.

No sé si habéis tratado alguna vez de escuchar de manera completa a vuestra esposa o vuestro marido, a los hijos, el automóvil que pasa al lado, los movimientos de vuestro propio pensar y sentir. En tal escucha no hay acción alguna, no hay intención ni interpretación; y ese acto mismo de escuchar produce una enorme revolución en la raíz misma de la mente.

Pero la mayoría de nosotros estamos muy poco acostumbrados a escuchar. Si oímos cualquier cosa contraria a nuestro habitual pensamiento, o si alguien trata a puntapiés uno de nuestros ideales favoritos, nos agitamos terriblemente. Tenemos intereses creados en ciertas ideas y en ciertos ideales, lo mismo que los tenemos en propiedades y en nuestra experiencia y conocimiento, y, cuando se pone en

tela de juicio cualquier cosa de estas, perdemos el equilibrio, resistimos a todo lo que se dice.

Pues bien, si realmente queréis escuchar esta mañana lo que se está diciendo, escuchar con percepción alerta, sin elección, entonces hallaréis que seguís en forma no verbal al que habla, es decir, sin análisis lingüístico y, por tanto avanzáis con el sentido, con el significado que está tras la palabra. Ello no significa que os echéis a dormir o que os encontréis en algún estado beatífico de sentimentalismo autosatisfactorio. Al contrario, escuchar requiere mucha atención , no concentración, sino atención. Las dos cosas son enteramente distintas. Si escucháis con atención, tal vez vosotros y yo podamos llegar a esas grandes profundidades en las cuales puede realizarse la creación. Esto es esencial, porque una mente que sea superficial, ansiosa, incesantemente preocupada por muchos problemas, no es posible que comprenda el temor, una de las cosas más fundamentales de la vida. Si no comprendemos el miedo, no puede haber amor ni puede haber creación, que no es el acto de crear, sino es ese estado de creación intemporal que no puede expresarse en palabras, en cuadros, en libros.

Tiene uno, pues, que estar libre del miedo. El temor no es una abstracción, no es simplemente una palabra, aunque para la mayoría de nosotros la palabra ha llegado a ser mucho más importante que el hecho mismo. No sé si habéis pensado alguna vez en liberaros del miedo de modo total y absoluto. Puede hacerse tan completamente que nunca haya una sombra de temor, porque la mente irá siempre por delante del acontecimiento, es decir, en vez de perseguir al temor y tratar de vencerlo después que haya surgido, la mente irá delante de él y por tanto, estará libre del temor. Ahora bien, para comprender el miedo, tiene uno que entrar en la cuestión de la comparación. ¿Por qué comparamos?. En las cosas técnicas la comparación revela progreso, lo cual es algo relativo. Hace cincuenta años no había bomba atómica, no existían los aviones supersónicos, pero ahora tenemos esas cosas; y pasados otros cincuenta años, tendremos alguna otra que ahora no tenemos. A esto se le llama progreso, que es siempre comparativo, relativo, y nuestra mente está presa de esa manera de pensar.

No sólo por fuera de la piel como si dijéramos, sino también por dentro de ella, en la estructura psicológica de nuestro propio ser, pensamos comparativamente. Decimos: “Soy esto, he sido aquello y seré algo más en el porvenir”.

A este pensar comparativo lo llamamos progreso, evolución, y toda nuestra conducta, en lo moral, ético, religioso, en nuestras relaciones profesionales y sociales, se basa en eso. Nos observamos a nosotros mismos comparativamente en relación con una sociedad que es ella misma resultado precisamente de esta pugna comparativa.

La comparación engendra miedo. Observad este hecho en vosotros mismos. Quiero ser mejor escritor o una persona más bella e inteligente, quiero tener más conocimientos que otros; quiero tener éxito, llegar a ser alguien, tener más fama

en el mundo. El éxito y la fama son psicológicamente la esencia misma de la comparación, por la cual constantemente engendramos el miedo. Y la comparación hace surgir también el conflicto, la lucha, lo cual se considera altamente respetable. Decís que tenéis que ser competidores para sobrevivir en este mundo, por lo cual comparáis y competís en los negocios, en la familia y en las llamadas cuestiones religiosas. Tenéis que llegar al cielo y sentaros junto a Jesús, o quien quiera que sea vuestro salvador. El espíritu comparativo se refleja en el sacerdote que se hace arzobispo, cardenal y, por fin papa. Cultivamos este mismo espíritu muy asiduamente durante nuestra vida, pugnando por ser mejores o por alcanzar una categoría mejor que algún otro. En eso se basa nuestra estructura social y moral.

Hay, pues, en nuestra vida este constante estado de comparación, competencia y la perpetua pugna por ser alguien o por no ser nadie, que es lo mismo. Esto, creo, es la raíz de todo temor, porque crea envidia, celos, odio. Donde hay odio es evidente que no hay amor y que se engendra cada vez más miedo.

Como dije, os ruego que escuchéis sencillamente. No preguntéis: ¿Cómo voy a no ser comparativo? ¿Qué voy a hacer para dejar de comparar?. No podéis hacer nada.

Si lo hicierais, vuestro motivo nacería también de la comparación. Lo único que podéis hacer es limitaros a ver el hecho de que esta cosa compleja que llamamos nuestra existencia es una lucha comparativa y que, si actuáis sobre ella, si tratáis de cambiarla, de nuevo quedáis preso del espíritu comparativo, competidor. Lo importante es escuchar sin ninguna distorsión; y habrá distorsión de lo que estéis escuchando desde el momento en que queráis hacer algo.

Ve uno, pues, las implicaciones y el significado de esta evaluación comparativa de la vida y la ilusión de creer que la comparación trae comprensión: comparar las obras de dos pintores o dos escritores, compararse uno mismo con otra persona que no es tan lista, que es menos eficiente, más bella, etc. Y ¿puede uno vivir en el mundo, tanto interior como exteriormente, sin comparar jamás?. Ya sabéis, el darse cuenta del estado de la mente que está siempre comparando, simplemente el reconocerlo como un hecho y permanecer con ese hecho, requiere mucha atención. Esa atención trae su propia disciplina, que es extraordinariamente flexible; no tiene modelos, no es compulsiva, no es el acto de someter a control, subyugar, negar, con la esperanza de comprender más toda la cuestión del temor.

Esta actitud frente a la vida, que se basa en la comparación, es un gran factor en el deterioro de la mente, ¿no?.El deterioro de la mente implica embotamiento, insensibilidad, decadencia y por tanto, una completa falta de inteligencia. El cuerpo va deteriorándose lentamente, porque vamos envejeciendo; pero la mente también se deteriora, y la causa de ese deterioro es la comparación, el conflicto, el esfuerzo competidor. Es como un motor que funciona con gran fricción: no

puede funcionar debidamente y se deteriora con rapidez durante todo el tiempo que esté en marcha.
Como hemos visto, la comparación, el conflicto, la competencia, no sólo crean más conflicto, sino también miedo; y donde hay miedo hay oscuridad, no hay afecto, ni comprensión, ni amor.

Pero, ¿qué es el miedo? ¿Os habéis enfrentado alguna vez de verdad, cara a cara, con el temor, o sólo con la idea del temor?. Hay diferencia entre los dos, ¿no?. El hecho real del miedo y la idea del mismo son dos cosas enteramente distintas. La mayoría de nosotros estamos presos en la idea del miedo, de una opinión, de un juicio, o de una valoración del miedo, y nunca estamos en contacto con el hecho real del miedo mismo. Creo que esto es algo que tenemos que comprender más bien amplia y profundamente.

Tengo miedo, por ejemplo, de las serpientes. Un día vi una y me causó mucho miedo. Aquella experiencia me ha quedado en la mente como recuerdo. Cuando salgo de paseo alguna tarde. Este recuerdo entra en acción y ya tengo miedo de encontrarme con una serpiente; la idea, pues, del miedo es mucho más vital, más potente que el hecho mismo, lo cual ¿qué significa? Que nunca estamos en contacto con el temor, sino sólo con la idea del temor. Observad simplemente este hecho en vosotros mismos. No podéis eliminar artificialmente la idea. Podéis decir : “Bueno, trataré de hacer frente al miedo sin la idea”, pero no podéis. Mientras que, si realmente veis que la memoria y la ideación os están impidiendo estar directamente en comunión con el hecho (con el hecho del miedo, con el hecho de los celos, con el hecho de la muerte), entonces observaréis que entre el hecho y vosotros hay una relación completamente distinta.

Para la mayoría de nosotros, la idea es mucho más importante que la acción, nunca actuamos de manera completa, siempre estamos limitando la acción con una idea, ajustando o interpretando la acción con arreglo a una formula, un concepto y por tanto, no hay acción en absoluto, o, mejor dicho, la acción es tan incompleta que crea problemas; pero una vez que comprendéis este hecho extraordinario, entonces la acción llega a ser una cosa asombrosamente vital, porque ya nos está acercando a una idea.

El miedo no es una abstracción, siempre existe en relación con algo. Temo a la muerte, temo a la opinión pública, temo no ser popular, no ser conocido, no conseguir nada, etc. La palabra “miedo” no es el hecho real, es sólo un símbolo que representa el hecho y para la mayoría de nosotros el símbolo es mucho más importante que el hecho, en lo religioso y en todo lo demás. Pero ¿puede la mente librarse de la palabra, del símbolo, de la idea, y observar el hecho sin interpretación, sin decir: “Tengo que mirar el hecho”, sin ninguna idea sobre ese hecho?. Si la mente mira el hecho con una opinión sobre el, entonces está tratando meramente con ideas, ¿no?. Así pues, esto es algo cuya comprensión es muy importante: que cuando miro un hecho a través de una idea no hay ninguna comunión con el hecho. Si quiero estar en comunión con él, entonces la idea tiene

que desaparecer por completo. Ahora, sigamos adelante desde aquí y veamos a donde conduce.

Existe el hecho de que teméis la muerte, teméis lo que alguien diga y teméis unas cuantas cosas más. Cuando ya no miráis ese hecho a través de una idea, de una conclusión, de un concepto, o de un recuerdo, “que es lo que realmente sucede”. Ante todo, no hay división entre el observador y la cosa observada, no hay ningún “yo” separado de esa cosa, se ha eliminado la causa de la separación y, por tanto, estáis directamente en relación con la sensación que llamáis miedo. Entonces, el “yo”, con sus opiniones, ideas, juicios, valoraciones, conceptos, recuerdos, todo eso está ausente y sólo existe esa cosa.

Lo que estamos haciendo es arduo, no es simplemente la diversión de una mañana. Creo que cuando salgáis de esta tienda al final de la mañana podéis estar honda y completamente libres de temor, y entonces uno es un ser humano.

Os encaráis, pues, con el hecho: la sensación o aprehensión que llamáis miedo y que ha sido producida por una idea. Teméis a la muerte. Tomo esto como ejemplo. De ordinario, la muerte es para vosotros simplemente una idea no un hecho. El hecho surge sólo cuando uno mismo está muriendo. Sabéis de otras personas moribundas, y la comprensión de que vosotros también vais a morir llega a ser una idea que engendra temor. Miráis el hecho a través de la idea, y esto os impide estar directamente en contacto con el hecho. Hay un intervalo entre el observador y la cosa observada. En este intervalo es donde surge el pensamiento, siendo este la ideación, la verbalización, el recuerdo, que ofrece resistencia al hecho. Mas, cuando no hay esta laguna, es decir, cuando no hay pensamiento, que es tiempo, entonces estáis plenamente enfrentados al hecho; y entonces este último actúa sobre vosotros, no vosotros sobre el hecho.

Espero que estéis captando todo esto. ¿Es demasiado para esta calurosa mañana?.

Como veis, me parece que vivir con temor de cualquier clase que sea, si se me permite hablar así, es algo horrible. Es horrible vivir con el miedo, porque este engendra odio, falsea vuestro pensar y pervierte toda vuestra vida. Es pues, absolutamente necesario que el hombre religioso esté por completo libre de temor, en lo exterior lo mismo que en lo interior. No me refiero a la espontánea reacción del cuerpo físico, en defensa propia que es natural. Es normal saltar a un lado cuando de repente veis una serpiente, eso no es más que el instinto físico autodefensivo, y sería anormal no tener tal reacción. Pero el deseo de estar seguros interiormente, en lo psicológico, en cualquier nivel e nuestro ser, crea miedo. Ve uno en torno suyo los efectos del miedo y se da cuenta de lo esencial que es que la mente no sea creadora de temor en ningún movimiento.

Si habéis escuchado con atención lo que se ha dicho esta mañana, habréis visto que el miedo nunca está en el presente, sino siempre en el futuro; es evocado por

el pensamiento, por pensar en lo que puede pasar mañana o en el próximo minuto. Así, el miedo, el pensamiento y el tiempo van juntos; y si uno ha de comprender y trascender el miedo, tiene que haber comprensión del pensamiento, así como del tiempo. Tiene que cesar todo pensamiento comparativo; todo sentido del esfuerzo, en el cual están implicados la competencia, la ambición, el culto al éxito y la pugna por ser alguien, tiene que terminar; y cuando todo este proceso esté comprendido no habrá conflicto alguno, ¿verdad?. Así la mente ya no se encuentra en estado de deterioro, porque es capaz de hacer frente al temor y ya no es su campo de cultivo. Así que este estado de liberación del temor es absolutamente necesario si uno ha de comprender lo que es la creación.

Para la mayoría de nosotros, la vida es una rutina fastidiosa y no hay nada nuevo en ella. Cualquier cosa nueva que surja la convertimos inmediatamente en una rutina. Alguien pinta un cuadro y, durante un segundo, esto es una cosa nueva, pero luego todo ha pasado. Placer, dolor, esfuerzo, todo se vuelve una cosa rutinaria, un fastidio, una perpetua pugna de muy escaso sentido. Siempre estamos buscando algo nuevo: lo nuevo en los cuadros, lo nuevo en la pintura. Queremos sentir, expresar algo nuevo, algo que no se traduzca de modo inmediato en términos de lo viejo. Esperamos hallar alguna treta o ingeniosa técnica por medio de la cual podemos expresarnos y sentirnos satisfechos. Pero eso también llega a ser una terrible molestia, una cosa fea, algo para darle de puntapiés. Estamos pues, siempre en estado de reconocimiento, cualquier cosa nueva es inmediatamente reconocida y por ello, absorbida en lo viejo. El proceso de reconocimiento es, para la mayoría de nosotros, asombrosamente importante, porque el pensamiento está siempre funcionando desde dentro del campo de lo conocido.

En el momento en que reconocéis algo, deja de ser nuevo. ¿Comprendéis?. Nuestra educación, nuestra experiencia, nuestro vivir diario, todo esto es un proceso de reconocimiento, de constante repetición y da continuidad a nuestra existencia. Cautivas nuestras mentes en este proceso, preguntamos si existe algo nuevo; queremos descubrir si hay Dios o no. Desde lo conocido tratamos de hallar lo desconocido. Es lo conocido lo que causa el miedo a lo desconocido, por lo cual decimos: “Tengo que encontrar lo desconocido, tengo que reconocerlo y traerlo a lo conocido.” Esto es lo que buscamos con la pintura, con la música, con todo: lo nuevo, que siempre se interpreta en términos de lo viejo.

Mas este proceso de reconocimiento e interpretación, de acción y realización, no es creación; no es posible que podáis expresar lo desconocido, lo que podéis expresar es una interpretación o un reconocimiento de lo que llamáis lo desconocido. Tenéis, pues, que descubrir por nosotros mismos lo que es creación, porque si no, vuestra vida se volverá mera rutina, en la que no hay cambio ni mutación, y de la cual os aburrís muy rápidamente. Creación en el movimiento mismo de la propia creación no es la interpretación de ese movimiento en el lienzo, en la música, en los libros o en cualquier relación humana.

Después de todo, la mente tiene en su interior millones de años de recuerdos, de instintos y el impulso a trascender todo eso sigue formando parte de la mente. Desde este trasfondo de lo viejo surge el deseo de reconocer lo nuevo; pero lo nuevo es algo enteramente distinto, es amor, y no puede ser comprendido por una mente que este presa en el proceso de lo viejo que trata de reconocer lo nuevo.
Ésta es una de cosas más difíciles de comunicar; mas yo desearía comunicarla, si puedo, porque, si la mente no se halla en ese estado de creación, siempre estará en el proceso de deterioro. Ese estado es intemporal, eterno. No es comparativo, no es utilitario, no tiene valor alguno en términos de acción; no podéis usarlo para pintar vuestros detestables cuadros ni para escribir vuestra maravillosa poesía de Shakespeare. Pero sin él no hay realmente amor en absoluto. El amor que conocemos es el de los celos, está aislado por el odio, la ansiedad, la desesperación, la desdicha, el conflicto; y nada de eso es amor. El amor es algo perpetuamente nuevo irreconocible; nunca es el mismo y por ello es el estado más elevado de incertidumbre. Y sólo en el estado de amor es en el que la mente puede comprender aquella cosa extraordinaria llamada creación, que es Dios, o cualquier otro nombre que os guste darle. Sólo la mente que ha comprendido las limitaciones de lo conocido y, que, por lo tanto, estará libre de él, pueda hallarse en ese estado de creación en que no hay factor de deterioro. ¿queréis hacer alguna pregunta sobre lo que hemos estado hablando esta mañana?.

Pregunta: Es la causa del miedo la sensación de tener una voluntad individual?

Krishnamurti: Probablemente lo es, pero ¿qué queréis decir con esa palabra, “individual”?. ¿Sois un individuo?. Tenéis un cuerpo, un nombre, una cuenta bancaria; pero si estáis internamente atado, impedido, limitado, ¿sois un individuo?. Como todos los demás, estáis condicionado, ¿no? Y dentro del área limitada de vuestro condicionamiento, que llamáis un individuo, surgen todas las cosas: vuestras desdichas, desesperaciones, celos, miedos. De esa cosa estrecha, fragmentaria, con su alma individual, su voluntad individual, y toda esa pequeña sustancia confusa, estáis muy orgullosos y con eso queréis descubrir a Dios, la verdad y el amor. No podéis. Lo único que podéis hacer es daros cuenta de vuestro fragmento y sus pugnas y ver que el fragmento nunca puede llegar a ser el todo. Haga lo que haga, el radio nunca puede llegar a ser la rueda. Tiene uno pues, que inquirir y comprender esta existencia separada, estrecha, limitada, el llamado individuo.

Lo importante en todo esto no es vuestra opinión ni la mía, sino descubrir lo que es verdadero, y para descubrir lo verdadero la mente tiene que estar sin temor, tan por completo despojada de temor que sea del todo inocente. Sólo partiendo de esa inocencia hay creación.

21 de julio de 1964.

CAPITULO SEXTO

Me parece bastante importante que descubramos por nosotros mismos lo que se está buscando. La palabra “buscar” tiene un extraordinario significado, ¿no es así?. Prescindiendo del significado del diccionario, el acto de buscar implica que uno avanza desde la periferia hacia el centro. Y este buscar, este investigar, depende del propio temperamento, de las presiones y tensiones del ambiente, de las calamidades de la experiencia, de las penalidades de la vida, de los innumerables afanes de nuestra existencia. Todos estos factores lo fuerzan a uno a buscar. Si no hubiera presión, reto, calamidad, desdicha, yo me pregunto cuantos de nosotros buscaríamos algo.

Investigar significa andar buscando algo, con la esperanza de encontrarlo. Esta mañana busque esta palabra en el diccionario. Viene de una palabra latina cuyo significado es ir a buscar, pedir, preguntar, inquirir, explorar. Yo me pregunto para que estamos explorando, que es lo que buscamos. ¿Podremos descubrirlo alguna vez? ¿O es algo vago, fugaz, en cambio constante según las circunstancias, según el propio temperamento, los propios placeres y dolores peculiares de uno?.

Perpetuamente habremos de buscar, investigar. ¿Qué implican esas palabras? Implican que desde lo exterior os trasladáis gradualmente al centro, con arreglo a vuestras particularidades idiosincrasias, gustos y presiones del ambiente. Es como ir de tienda en tienda probándose varios trajes hasta que os viene bien algo que os gusta, Y os lo quedáis. Cuando decís que estáis buscando, lo que en realidad queréis decir es que estáis experimentando diferentes ideas, conceptos, formulas, pasando de una religión a otra, de un maestro a otro, hasta que con el tiempo hayáis algo que os gusta, Algo que se ajusta a vuestro particular temperamento o idiosincrasia. Si no os gusta lo que hayáis en occidente, acudís al oriente, con su antigua y compleja filosofía, en la que hay innumerables maestros y gurus entre los cuales escoger; y ahí quedáis presos, en un grupo de pensamiento, imaginando que es la realidad perenne. O bien, si no hacéis eso, os volvéis un católico aún más ardiente, o os sumáis a los existencialistas. ¡Oh Dios mío! ¡Hay tantas cosas de estas en el mundo!. Para mi no hay ni Occidente ni Oriente; la mente humana no es Occidental ni Oriental. Sea que fuere su origen, Todas las teologías son inmaduras, como lo son todas las filosofías. Son invenciones del hombre, que, como está preso en una cárcel de su propia construcción, cree en algo, y en torno a esa fe crea una teología o proyecta

alguna extraordinaria filosofía; y cuanto más listo sea el filosofo o el teólogo, tanto más aceptable resulta para el público, para el lector, para el seguidor.

Mas, ¿es eso lo que todos estamos haciendo? Venís y pasáis aquí dos o tres semanas, escuchando lo que se dice. Si os parece que no es muy satisfactorio, que no se os da lo que queréis, acudís algún o instructor o adoptáis alguna otra filosofía, de la que sacáis un poco m{as de satisfacción. Así que, si no quedáis retenidos de modo permanente en un remazo de pensamiento, seguís adelante, hasta que en otro año tal vez volveréis aquí; y entonces empezáis de nuevo.
Creo, pues, que deberíamos comprender éste fenómeno extraordinario, sea en occidente o en oriente, de pasar de una cosa a otra, para buscar, preguntar, pedir, reclamar, tantear de modo incesante. Es decir, creo que deberíamos ver muy claramente nosotros mismos que es lo que estamos buscando y por qué. Y si hay necesidad siquiera alguna de buscar. Seguramente que toda búsqueda implica un movimiento de la periferia al centro, de la circunstancia a la causa de los confines al verdadero origen de la existencia. Es decir pasamos de lo externo a lo interno, esperando encontrar algo real profundo, vital, algo de extraordinario significado.

En el curso de éste movimiento, pugnamos por practicar distintos métodos, sistemas, nos torturamos con varias formas de disciplinas, de modo que al fin de nuestras vidas estamos machacados, con la mente casi paralizado.
Me temo que ala mayoría de nosotros nos ocurre esto entramos a la periferia al centro, porque queremos descubrir el modo de ser felices, que es la verdad, si existe Dios, algo que sea perpetuo, y, por ello, estamos luchando, respetando, imitando, siguiendo, brutalizándonos las mentes y los corazones con la disciplina, hasta que no queda nada de nosotros que sea original, verdadero, real. Ésa es nuestra vida ; y cuanto mayor sea la presión, dolor , la furia dela vida en periferia, tanto mas queremos avanzar hacia el centro.
Y en, pero, ¿ hay una llegada inmediata al centro – sin esta pugna interminable por llegar a él- y un florecimiento desde el centro? ¿Comprendéis mi pregunta?.

Durante millones de años nos hemos esforzado para pasar de lo exterior a lo interior con el fin de descubrir lo que es real, y acabamos de ver lo que esta implicado en este proceso. Me digo, pues: "¡ que absurdo es todo esto! ¿Por qué he de torturarme? ¿ Por que he de copiar, de imitar, seguir? ¿ No hay una posibilidad de descubrir o estar en el centro mismo y florecer desde ahí, en vez de ir al revés?". Porque, para mi al menos el hacerlo al revés carece de sentido; no tiene sentido alguno y, por tato, lo rechazo por completo. No quiero atormentarme ni seguir a nadie. No quiero leer un solo leer o sobre filosofía ni aguzarme la mente con sutiles argumentos. Mi mente ya esta bastante aguzada tal como esta, por ambición, por la ansiedad y la desesperación , por todas las brutalidades dela vida y no quiero practicar otro método, otro sistema, ni seguir a otro gurú, maestro, salvador: No quiero hacer nada de eso. Mirad, estoy pensando en voz alta, no sólo para mi mismo, sino para aclarar ciertas cosas y para que vosotros y yo podamos entrar en comunión uno con otro sobre lo que es real, y no luchar perpetuamente mediante la reacción para pasar de lo externo a lo internos. Estoy

poniendo en palabras lo que sintáis en raros momentos, cuando estéis arto de todo de todo de vuestras iglesias, vuestros políticos, vuestros bancos y la mezquindad de nuestras relaciones en el hogar, del fastidio de la oficina, de todas las tonterías de la vida que son un insulto a la dignidad humana. Después de haber pasado veinte años o más en ir a la oficina día tras día o guisando comidas y pariendo hijos, uno tras otro; después de haber experimentado placer tanto como el fastidio, la mezquindad, la desesperación de todo eso, tenéis que haberos preguntado a veces si no hay una posibilidad de llegar de repente, de modo inesperado, a la fuente original, a la esencia misma de las cosas y vivir desde allí funcionando, floreciendo para que nunca tengáis que leer un sólo libro, estudiar ninguna filosofía, adoptar ninguna imagen ni salvador, porque, desde donde miréis, ahí estará ese centro del que parten toda acción, todo amor, todas las cosas.

El hecho evidente es que, con nuestra codicia, nuestros celos, nuestro afán de poseer, con nuestro temor, sentimentalismo, nuestros fugaces placeres, nuestro ronroneo de satisfacción, somos animales; animales altamente evolucionados. Si contempláis un animal, veréis que tiene los mismos conflictos que vosotros. Los monos antropoides son celosos y tienen sus dificultades matrimoniales; se unen en grupos, primero la familia, luego la tribu, y todo eso, lo mismo que nosotros; y alguien decía el otro día que estos monos podrían sentarse en las Naciones Unidas, exactamente igual que cualquier humano. Es un hecho evidente que nuestro carácter, nuestra devoción, nuestro valor, el miedo, las guerras, nuestra llamada paz social, nuestras luchas, todo parte de este trasfondo animal. No tenéis que discutir esto conmigo. Los biólogos, los antropólogos dicen que es así, si es que queréis autoridades.

Pues bien, ¿ es posible estar libre de todo eso, no con el tiempo, gradualmente, sin poder desligarse de golpe ,para que todo termine y uno tenga una moralidad, . del trasfondo animal? Es evidente que para vivir juntos en el mundo necesitamos una moralidad en la conducta social; pero actualmente nuestra moralidad, diaria- siguen siendo los del animal, y no queremos reconocerlo. Nos gusta creer que, porque somos un poco más capaces, más eficientes, más inventivos que los monos, somos también más humanos; pero aun los monos mismos utilizan instrumentos para captar cosas, inventan a medida que avanzan, de modo que hay muy escasa diferencia entre ellos y nosotros.

Así, pues, existe esta extraordinaria actividad de los animales y la igualmente extraordinaria actividad de la mente humana, que quiere estar segura, no sólo en el mundo físico, sino también interiormente, lo cual es todavía un resultado del instinto animal. Y existe, al mismo tiempo, el deseo de encontrar alguna cosa real, original, un estado sin contaminación, inocente. Pues, bien, ¿ es posible llegar a ese estado de manera súbita, de modo que no sea cultivado, buscado? Porque la belleza no puede cultivarse; lo mismo que ocurre con el amor. Tenéis que llegar a ella de repente, como llegarías a una vista que nunca hubierais contemplado. De súbito ahí está, frente a vosotros, rica, plena, vital, y formáis parte de ella; y desde

ahí vivís, actuáis, sois. Sin hacer esfuerzo, sin disciplinar, controlar, forzar lo externo, sin imitar, ni todo eso, de súbito llegáis a la fuente de la vida, al manantial originario de la existencia. Y, una vez que la mente ha bebido de esa fuente, habrá vivido y vive de ella para siempre. ¿Es posible tal cosa?.

¿Comprendéis mi pregunta? Esto no es algo sentimental ni místico, no es algo que deba entusiasmarnos o inspirarnos, ni es nada que sintáis intuitivamente. No es ninguna de esas cosas, Mientras llevamos vida animal, con nuestras envidias, celos desesperanzas, eso no es posible; las dos no pueden ir juntas. ¿es posible cortar, romper de un golpe todo el trasfondo animal y entonces empezar de nuevo?.

Os mostraré cuán importante, cuán necesario es que esto se haga posible. Si admitís el tiempo: ayer, hoy, y mañana, entonces quedáis inevitablemente cautivos del proceso de degeneración, porque siempre estaréis mirando al mañana y siempre habrá un ayer que condicione el presente. Y, así, la mente, que es el resultado de siglos, tiene que olvidar el tiempo. De lo contrario, queda presa en sus redes, en la pugna por lograr, por llegar a ser, por alcanzar, pasa por todo eso que sólo conduce a la pena, a la desdicha, o ala decadencia. ¿Qué ha de hacer uno, pues?

Quiero descubrir de modo inmediato lo que es la verdad, y no esperar unos pocos segundos ni hasta pasado mañana; quiero salir allá, estoy demasiado impaciente para esperar. No me sirve el tiempo, la idea de alcanzar algo, al término de mi vida
O después de diez mil vidas. Para mí, eso es totalmente infantil, inmaduro. Todo eso es una invención de la mente en su pereza, en su confusión, en su desesperación. Quiero estar tan despierto que, cuando abra mis ojos, mi corazón, mi mente, esté ahí la verdad; y, partiendo de ahí, funcionar, actuar, vivir, disfrutar de las bellezas de la tierra.

Ahora vamos a hablar de algo que no puede, en modo alguno, copiarse, imitarse. Voy a explorar, y espero que exploréis vosotros conmigo, mas, si os limitáis a seguirme, entonces estáis perdidos.

Por muy distintas que sean las variedades de temperamentos, todo movimiento de la periferia al centro es un movimiento positivo, una búsqueda deliberada, una reacción de hallar y, por tanto, implica disciplina, imitación, seguimiento, obediencia, la práctica de un sistema. Todo esto es un proceso positivo; por lo menos es lo que llamáis positivo.

Comprended esto. No disputéis interiormente conmigo. Veréis cuán verdadero es a medida que avancemos. No os estoy hipnotizando, ni tratando de imponeros algo, ni estoy haciendo ninguna clase de propaganda. Eso sería ridículo.

Percibe uno, pues, este movimiento positivo y ve toda su importancia, la ve uno inmediatamente, y no de una manera casual, distraída, con la idea de "mañana lo pensaré". No hay pensamiento del mañana, no hay idea de "entre tanto". Lo ve uno de modo inmediato y, por tanto, cesa por completo el movimiento positivo. Uno no ha hecho nada; no ha habido ningún acto de voluntad, causa deliberada, investigación o llegada a un resultado. Uno ve lo inmaduro de este movimiento positivo, con sus sacerdotes; ve uno la completa inutilidad de todo eso. Sacerdotes, iglesias, teologías, los inventores de ideas, todo esto se desvanece, porque uno percibe la verdad de que este movimiento positivo de la periferia al centro nunca puede llegar a este último. Es el movimiento de lo exterior que trata de entrar y, por tanto, sigue siendo lo exterior. Ve uno ese hecho con agudeza, con una extraordinaria claridad; y entonces empieza a comprender la belleza del movimiento negativo, ese movimiento negativo de la mente que no es lo opuesto de lo positivo, sino que viene a la existencia cuando la mente ha captado el significado de todo movimiento positivo. Así, la mente ya no esta presa en el movimiento positivo y, por ello, se encuentra en un estado de negación. Es decir, habiendo visto, no de modo fragmentario sino completo, la trascendencia de este movimiento positivo, la mente ya no está en movimiento, ya no esta actuando o haciendo; esta, pues, en un estado que puede llamarse negativo. ¿Comprendéis? Voy a explicarlo de manera distinta.

Personalmente, nunca leo libros de estas cosas, no quiero, no me interesa, porque, veo en mi mismo a la humanidad entera, no en forma mística, metafórica o simbólica, sino real. Yo soy vosotros y el mundo. En mí está todo el tesoro del mundo y, para descubrirlo, tengo que comprenderme e ir más allá de mí mismo. Si no me comprendo, no tengo razón de ser, no tengo esencia; no soy más que una entidad confusa. Y cuanto más busco, estudio, sigo, tanto más confuso que vuelvo; dependo de maestro, de mi temperamento, de mis deseos y, por tanto, mi confusión crece.

Veo, pues, lo importante que es comprenderme a mí mismo por entero, sin esfuerzo, es decir, sin convertir en un problema la comprensión de mí mismo. Para comprenderme a mí mismo debo tener una mente que no haga ningún movimiento positivo para corregir o no corregir lo que ve. Como dije el otro día, tanto la mente consciente como la inconsciente son triviales, y tengo que comprender esta trivialidad; tengo que comprenderla inmediatamente, para que el inconsciente no me gaste bromas, no proyecte visiones, imágenes, secretos deseos, cuando no le presto una atención total, lo cual se convierte a su vez en otro problema.

¿Entendéis todo esto?

Veo que, para comprenderme por completo, hace falta una mente que no esté influida, sin motivo, sin movimiento, una mente vacía por completo de acción positivo. Y cuando, con esa claridad mental, puedo mirarme, ese mirar mismo disuelve lo trivial, que es el "yo".

Fíjense que no estoy inventando una filosofía y, por el amor de Dios, no interpreten esto como algo peculiar de Oriente y todos esos disparates. No es una idiosincrasia del que habla, que casualmente ha nacido en un país donde el sol calienta mucho y pone morena la piel. Por ese calor y por la indolencia que suscita, y también por la pobreza, existen los que siguiendo un camino interior escriben filosofía, inventan religiones, dioses y todo lo demás.

Dejad eso para ellos, no estoy hablando de estas cosas.

Estoy hablando sobre algo que no es de Oriente ni Occidente, que no es personal ni impersonal: es lo verdadero. Ha llegado uno de modo súbito a un estado en que la mente ya no está movida por el deseo de quedar satisfecha, ya no exige experiencia ni la busca. Tiene uno que dar con ello, Porque no hay nadie que lo enseñe, y esto requiere energía. Con la palabra "energía" me refiero al enfoque de toda nuestra atención, sin ningún sentido de distracción. En realidad, no existe la distracción, sólo existe la inatención. ¿No?. Me alegro de que alguien no esté conforme.

¿Existe eso que llamamos distracción?. Al caminar, al avanzar, miro. La mente va de acá para allá, a distintos puntos, y si se mueve, si se sale del camino principal, del propio centro, lo llamo distracción. Más cuando no hay un centro propio, ni un sendero recto por el cual caminar, entonces no hay distracción.

Es muy importante comprender esto. Si comprendéis esto con toda claridad, veréis que desaparece por completo todo esfuerzo para concentraros, con el conflicto que ello crea; y entonces no hay distracción. El mirar al cielo, ver la faz de un bello niño, oír el murmullo de ese riachuelo y el terrible ruido de un reactor que pasa por alto, observar a la gente, a los políticos, a los sacerdotes, escuchar vuestra propia mente y vuestro propio corazón, percibir vuestras propias exigencias, desesperaciones: no hay distracción de ninguna de estas cosas, desde el mirar al cielo hasta el miraros a vosotros mismos. Todo ello forma parte de una formalidad. Y esta sólo puede ser vista cuando hay completa atención; y la atención completa se niega cuando admitís la distracción. ¡Ojalá veáis esto!.

Cuando hay atención completa, nunca consideráis algo como distracción. Sexo, celos, ansiedad, miedo, amor, pasión, nada de lo que miráis es distracción, todo está dentro de la llama de la atención, y, por tanto, no hay nada fragmentario. El político, el sacerdote, el rito, todos ellos forman parte de la totalidad. En el movimiento positivo de la mente hay distracción, fragmentación; mas cuando la mente no tiene movimiento y es, por tanto, negativa, si puedo usar esta palabra, no hay fragmentación de la vida. Entonces la nube del cielo, el polvo del camino, la flor al lado de él y el susurro de vuestro propio pensamiento, todo ello forma parte de la totalidad. Mas esa totalidad sólo puede comprenderse cuando ha cesado por completo el movimiento positivo de la mente.

Veis, pues, por vosotros mismos, que para dar con este centro, con esta fuente original de las cosas, que es lo supremo, tiene que terminar todo movimiento de la mente, mas no torturándola con la disciplina ni, como hacen en ciertas sectas, planteando la cuestión de manera tan extraordinariamente difícil o fantástica, que la mente tenga que callarse asustada. Eso carece por completo de madurez. Desde el principio tenéis que ver la verdad de todo movimiento de vuestro pensar y sentir; y eso sólo lo podéis hacer cuando la mente es por completo “negativa”, está en silencio, quieta. Y eso puede hacerse de modo inmediato. Es como salirse del camino, el camino de la acción positiva que el hombre ha seguido por costumbre durante miles y miles de años. Podéis, simplemente, saliros de ese camino sin ninguna expectación, sin exigir ni buscar nada. Sólo lo podéis hacer cuando veis todo el movimiento del hombre y no sólo el de un hombre determinado; es decir, cuando veáis en vosotros mismo el movimiento de la totalidad. Cuando percibís todo esto de una ojeada (y esto es lo único que tenéis que hacer, nada más), Entonces estáis realmente caminando en libertad; y partiendo de esa libertad hay acción, que no deja la mente paralizada.

Os ruego que, si así lo deseáis, preguntéis sobre todo lo tratado. ¿O no hay nada que preguntar?.

Pregunta: ¿que es la madurez?.

Krishnamurti: ¿Estamos hablando sobre la madurez?. Muy bien. Señor, ¿que es la madurez? ¿tiene algo que ver la madurez con la edad?. ¿Tiene algo que ver la madurez con la experiencia, con el conocimiento, con la capacidad?. ¿Tiene algo que ver con la competencia y con la acumulación de dinero?. Si no es ninguna de estas cosas, entonces ¿qué es la madurez?. ¿Tiene algo que ver con el tiempo?. No digáis que “no” tan fácilmente. Si en realidad estuvierais libres del tiempo, si el tiempo no tuviera importancia alguna para vosotros, ¿cual sería el estado de vuestra mente?. No hablo del tiempo cronológico; es evidente que este tiene importancia. Mas, si el tiempo no significa nada para vosotros, en el sentido psicológico –tiempo para logra, para triunfar, vencer, conquistar, para volveros listos, captar, comparar-, ¿no seríais entonces maduros?. Es, pues, solo la mente inocente la que está madura, no la que haya acumulado conocimientos durante un millar de años. Se necesita el conocimiento y tiene importancia a cierto nivel; mas el conocimiento no contribuye a la claridad, a la inocencia. Sólo hay inocencia cuando todo conflicto ha terminado. Cuando la mente ya no se mueve en ninguna dirección determinada porque se han comprendido todas las direcciones, está entonces en ese estado original que es inocencia, y desde ahí puede penetrar en la distancia sin medida en donde puede estar lo supremo; y sólo una mente así es madura.

23 de julio de 1964

CAPITULO SÉPTIMO

Me gustaría continuar desde donde terminamos el otro día. Creo que es muy importante comprender toda la cuestión de la acción; y uso esa palabra no en ningún sentido abstracto ni meramente como una idea. Me refiero al hecho real de la acción, de hacer algo. Tanto si estáis cavando en un jardín como si vais a la oficina, si miráis un árbol, si seguís el movimiento de un río, o simplemente marcháis por un camino, sin pensamiento, observando calladamente las cosas, sea lo que fuere lo que hagáis, forma parte de la acción, y en la mayoría de nosotros la acción crea conflicto. Nuestra acción, por muy profunda que la llamemos o por muy superficial que sea, se vuelve repetitiva, cansada, fastidiosa, mera actividad sin apenas importancia. Creo, pues, que es muy importante comprender lo que es la acción.

Para hacer cualquier cosa: caminar, hablar, mirar, pensar, sentir, hace falta energía; y la energía se disipa cuando hay conflicto inherente en la expresión de esa energía. Como podemos observar, todas nuestras actividades, a cualquier nivel que sea, engendran alguna clase de conflicto, crean dentro de nosotros un sentido de esfuerzo, cierta resistencia, negación. Y ¿es posible actuar sin conflicto, sin resistencia y aún sin esfuerzo? De esto es de lo que si se me permite, quisiera hablar esta mañana.

Uno ve lo que está pasando en el mundo: las máquinas calculadoras, los cerebros electrónicos y diversas formas de automatización, dan al hombre cada vez más ocio, y ese tiempo libre va a ser monopolizado por la religión organizada y por las diversiones organizadas. No se si hay mucha diferencia entre ambas. Más por el

momento, dejémoslas separadas. Cuando el hombre tiene muchos ratos de ocio, tiene más energía –mucha más energía- y la sociedad reclama que utilice esa energía, no en forma antisocial; para dominar el sentimiento antisocial, se sumergirá en la religión organizada o en las diversiones de todas clases, o bien se zambullirá en la literatura, en el arte, en la música, lo cual es otra forma de diversión. Como resultado de ello, el hombre se volverá cada vez más superficial. Puede leer todos los libros del mundo y tratar de comprender las complejidades de la teología, de la filosofía, de la ciencia; puede familiarizarse con ciertos hechos y verdades en la literatura, pero seguirá siendo una cosa externa, lo mismo que lo son las varias formas de religión y diversión. Las religiones organizadas afirman que buscan las cosas internas de la vida, pero reclaman creencia, dogma, rito, conformidad, como todos sabemos.

Ahora bien, si no estamos alerta de todas estas cosas inherentes en la civilización moderna, nuestras energías serán consumidas por estas condiciones, y nuestra acción seguirá, pues, siendo muy superficial; y, debido a esa superficialidad, seguiremos teniendo conflicto dentro de nosotros, lo mismo que con otras personas, con la sociedad; seguirá habiendo conflicto en toda forma de esfuerzo humano –artístico, científico, matemático, industrial- y en la relación de uno mismo con la esposa propia o el marido, con los hijos, con el prójimo; y el conflicto es un derroche de energía. Para que el conflicto deje de existir y con ello haya conservación de energía, tiene uno que comprender lo que es la acción; y sin esa comprensión nuestra vida se volverá cada vez más externa y seremos cada vez más vacuos internamente. Éste no es un punto que haya de discutirse o dudarse, no se trata de mi opinión frente a la vuestra.

Ante todo, ¿qué es, pues, la acción tal como la conocemos ahora? Toda nuestra acción tiene un motivo, sutil o evidente, ¿no es así? O vamos tras una recompensa o actuamos por miedo, o tratamos de ganar algo. Nuestra acción siempre es un ajuste a un modelo, a una idea, o es una aproximación a algún ideal; la conformidad, el ajuste, la aproximación, la resistencia, la negación: eso es todo lo que conocemos de la acción, e implica una serie de conflictos.

Como decía el otro día, entrar en comunión con algo con lo cual no tenemos honda relación es siempre bastante difícil. Quiero entrar en comunión con vosotros sobre un estado de mente que es la antítesis completa de este conflicto al que llamamos acción. Hay una acción total, acción sin conflicto, y quiero deciros algo sobre ella. No es que debáis aceptar ni rechazar lo que digo, ni dejaros hipnotizar. Como sabéis una de las cosas más difíciles de hacer es sentarse en una plataforma y hablar mientras otros escuchan –si es que en efecto escucháis- y establecer la acertada relación entre el que escucha y el que habla. No estáis aquí para ser hipnotizados por una serie de palabras, ni quiero yo influir sobre vosotros en forma alguna. No estoy haciendo propaganda a favor de una idea ni es mi propósito instruiros. Como he señalado muchas veces, no hay ni enseñante ni enseñados. Sólo hay un estado de aprender; y no es posible que vosotros y yo podamos aprender si estáis esperando a que se os instruya o que se os diga lo

que hay que hacer. No tratamos sobre opiniones, yo no las tengo. Lo que trato de hacer es sencillamente exponer ciertos hechos, y vosotros mismos podéis mirarlos examinarlos o no. Esto significa que vosotros y yo debemos la acertada relación, para que haya comunión que no sea meramente intelectual, sino la percepción total de un hacho que ambos estamos contemplando. No estamos en comunión unos con otros, sino que más bien lo estamos con el hecho y, por tanto, este llega a ser mucho más importante que vosotros y yo. Es el hecho y nuestra mutua percepción de él lo único que puede crear el acertado ambiente o atmósfera, y esto tiene que afectarnos. Me parece, pues, que llega a ser extraordinariamente importante escuchar algo: ese riachuelo, o el murmullo de esos árboles, o los propios pensamientos y sentimientos, cuando consideramos el hecho mismo y no una idea u opinión sobre el mismo.

Todos sabemos que nuestra acción crea conflicto; tiene que crearlo inevitablemente toda acción que se base en una idea, un concepto, una formula, o que se acerque a un ideal; tiene inevitablemente que crearlo. Eso es evidente. Si actúa con arreglo a una formula, un modelo, un concepto, entonces estoy siempre dividido entre el hecho de lo que soy y lo que creo que yo debería hacer sobre ese hecho; de modo que nunca hay una acción completa; siempre hay un acercamiento a una idea o a un ideal, y por eso el conflicto es inherente en toda acción tal como la conocemos, la cual es un desperdicio de energía y produce deterioro de la mente. Os ruego observéis el estado y la actividad de vuestra propia mente y veréis que esto es verdad. Mas yo me pregunto: ¿existe una acción si idea y por tanto, sin conflicto? O, para decirlo de un modo distinto: ¿es que la acción tiene siempre que engendrar esfuerzo, lucha, conflicto? Por ejemplo yo estoy hablando, lo cual es una forma de acción. Seguramente que en esta acción sólo hay conflicto si trato de afirmarme, de ser alguien, de convenceros. Es, pues, enormemente importante descubrir por uno mismo si hay una posibilidad de vivir y hacer las cosas sin el más leve conflicto, es decir, si puede haber una acción en que la mente quede intacta, sin deterioro, sin ninguna forma de distorsión; y tiene que haber distorsión si la mente es influida de alguna manera o si queda presa de conflicto, que es un derroche de energía. Es de verdadero interés para mi, y tiene que serlo también para vosotros, descubrir la verdad de esta cuestión, porque lo que tratamos de hacer aquí es ver si es posible vivir sin pena, sin desesperación, sin miedo, sin alguna forma de actividad que produzca deterioro de la mente. Si es posible ¿qué le pasa entonces a una mente así? ¿qué le ocurre a una mente a la que nunca toca la sociedad que no tiene miedo, ni codicia, que no sustente envidia ni ambición, que no busca poder?.

Para descubrir, tenemos que empezar por darnos cuenta del estado actual de nuestra mente, con todos sus conflictos, desdichas, frustraciones, perversiones, deterioro, desesperación. Tenemos que ser conscientes de nosotros mismos y con ello hacer acopio de energía; y el acopio mismo de esa energía es la acción que limpiará la mente de toda la basura que el hombre ha acumulado a lo largo de los siglos.

No estamos, pues, interesados en la acción por si misma; queremos descubrir si hay una acción que no engendre contradicción en forma alguna. Como hemos visto, las ideas, los conceptos, las formulas, los modelos, métodos, dogmas, ideales, estas cosas son las que crean contradicción en la acción. Y ¿es posible vivir sin ideas, sin un modelo, sin un ideal, sin un concepto o creencia? Seguramente que es muy importante descubrir por uno mismo la verdad de este asunto; porque uno puede ver muy bien que el amor no es una idea, un patrón, un concepto. La mayoría de nosotros tenemos un concepto del amor, pero es evidente que ese concepto no es el amor. O amamos o no amamos.

¿Es posible vivir en este mundo e ir a la oficina, guisar, lavar platos, conducir un automóvil y hacer todas las demás cosas de la vida que actualmente se han vuelto repetitivas y crean conflicto, es posible hacer todas estas cosas, vivir y actuar, sin ninguna ideación y así librar la acción de toda contradicción?.

Me pregunto si habréis caminado alguna vez a lo largo de una calle concurrida o de un camino solitario, simplemente, mirando las cosas sin pensamiento. Existe un estado de observación sin la intromisión del pensamiento. Aunque os dais cuenta de todo lo que os rodea y podéis reconocer a la persona , la montaña, el árbol, o el vehículo que se acerca, sin embargo, la mente no está funcionando con el patrón usual de pensamiento. No se si esto os habrá ocurrido alguna vez. Probad hacerlo alguna vez, cuando vayáis conduciendo o andando. Observad sin el pensamiento; observad sin la reacción que produce el pensamiento. Aunque reconozcáis el color y la forma, aunque veáis el arroyo, el auto, la cabra, el autobús, no hay reacción, sino simplemente observación negativa; y ese estado mismo de la llamada observación negativa es acción. Una mente así puede utilizar el conocimiento para la realización de lo que tiene que hacer, pero está libre de pensamiento, en el sentido de que no funciona en términos de reacción. Con una mente así –una mente que está atenta sin reacción- podéis ir a la oficina y hacer cualquier cosa.

La mayoría de nosotros estamos pensando en nosotros mismos de la mañana a la noche, y nos movemos dentro del patrón de esa actividad egocéntrica. Toda actividad así, que es reacción, tiene que llegar a varias formas de conflicto y deterioro. Y, ¿es posible no actuar dentro de ese patrón y sin embargo, vivir en este mundo? No me refiero a que viváis apartados y solos, en la cueva de una montaña o algo parecido; más ¿es posible vivir en este mundo y manifestarse como ser humano total, partiendo de ese estado de vacuidad, si es que no habéis malentendido el uso que hago de esta palabra? Tanto si pintáis como si escribís poemas o vais a una oficina o habláis ¿podéis tener siempre en el interior un espacio vacío, y actuar a través de el? Por que cuando existe tal espacio la acción no engendra contradicción.

Creo que es cosa muy importante descubrir esto. Y tenéis que descubrirlo vosotros mismos, porque no puede enseñarse ni explicarse. Para descubrirlo tenéis antes que comprender de que modo engendra conflicto toda acción

egocéntrica, y luego preguntaros si la mente puede estar satisfecha con este tipo de acción. Quizá lo esté momentáneamente, pero, cuando percibís que en toda acción así es inevitable el conflicto, ya estáis tratando de descubrir si existe otra clase de acción, una acción que no lleve al conflicto; y entonces tenéis que llegar al hecho de que efectivamente existe.

Surge pues, la cuestión: ¿por qué estamos siempre buscando satisfacción? En todas nuestras relaciones y en cualquier cosa que hagamos con él siempre hay el deseo de quedar satisfechos, de quedar complacidos y de seguir en esa satisfacción. Lo que llamamos descontento sólo surge cuando las cosas no nos complacen, y tal descontento no hace sino engendrar otra serie de reacciones.

Pues bien, a mi me parece que un hombre que sea muy serio y vea todo esto: la forma en que los seres humanos han vivido durante millares de años en completa confusión y desdicha, nunca en una acción completa, tiene que descubrir por si mismo si es capaz de manifestarse partiendo de una mente que no esté contaminada por la sociedad; y eso sólo lo puede averiguar cuando esté libre de la sociedad. Hablo de la liberación de la estructura psicológica de la sociedad, que es la codicia, la envidia, la ambición y el afán de engreimiento. Cuando se ha comprendido y desechado toda esa estructura psicológica, está uno libre de la sociedad; y se puede seguir yendo a la oficina, comprando pantalones, y todo lo demás; pero se está libre de la estructura psicológica que tanto distorsiona a la mente.
Llega uno, pues, a un punto en que descubre por si mismo que la liberación completa de la estructura psicológica de la sociedad es completa inacción; y esa inacción completa es acción total, que no crea contradicción ni, por tanto, deterioro.

He dicho lo que quería decir esta mañana, y acaso podamos ahora discutirlo, o podéis hacer preguntas si queréis.

Pregunta: ¿podemos ir a nuestros empleos y trabajar sin competencia?.

Krishnamurti: Señor, acaso no puede uno? ¿ podéis ir a vuestra oficina y conservar vuestro empleo sin competir? No me toca a mi decir si podéis o no, o si tenéis que hacerlo, etc. Mas veis lo que hace la competencia, como engendra antagonismo, miedo, una busca implacable de satisfacer vuestras propias demandas, no sólo en vuestro interior, sino exteriormente en el mundo. Veis todo eso, y os preguntáis si es posible vivir en este mundo sin competir. Esto significa vivir sin comparar; significa hacer algo que realmente nos gusta hacer, que os interesa enormemente. O bien, si estáis presos en un empleo que no os gusta, porque tenéis responsabilidades, significa descubrir el modo de hacer esa tarea eficazmente, sin competir, y eso requiere mucha atención, ¿no? Tenéis que prestar una gran atención a todo pensamiento, a todo sentimiento en vuestro interior, pues de lo contrario, sólo estaréis imponiéndoos la idea de que no debéis competir y entonces eso se convierte en otro problema. Mas podéis percibir todas

las implicaciones en la competencia; podéis ver la realidad de cómo trae conflicto, incesante pugna; podéis percibir que la competencia lleva al hombre inevitablemente (aunque pueda haber mucho del llamado progreso y eficiencia competitiva) al antagonismo, a la falta de afecto. Si veis todo esto, entonces, partiendo de esa percepción, actuaréis ya sea competitivamente o sin competencia alguna.

Comentarios: No creo que la acción repetitiva sea necesariamente fastidiosa.

Krishnamurti: Sabéis que se está descubriendo que un hombre que trabaja en una fabrica, haciendo una y otra vez la misma cosa, no es una entidad muy productiva, y me dicen que en Norteamérica están experimentando con dejar que los obreros de ciertas fábricas aprendan durante su trabajo. El resultado es que este último no es tan repetitivo, por lo tanto, los hombres producen mucho más. Aunque os complazca mucho hacer algo, si seguís incesantemente repitiendo esa acción, se vuelve muy rutinaria y bastante cansada.

Pregunta: ¿Que decís sobre el artista?

Krishnamurti: Si el artista se limita a repetir, seguramente que ha dejado de serlo. Creo que confundimos las dos palabras, "repetición" y "creación". ¿No es cierto? ¿qué es creación?

Comentario: Un hombre que haga buenos zapatos es creador.
Krishnamurti: ¿ Es creación hacer buenos zapatos, crear niños, escribir poemas, y todo lo demás? Por favor, no asintáis ni disintáis. Esperad un momento.

Comentario: No veo como puede uno vivir en un espacio vacío.

Krishnamurti: Señora, creo que no nos hemos entendido. Lo siento. Es posible que ello se deba a las palabras que escogí, que tal vez no sea lo bastante adecuadas, y probablemente, no comprendéis exactamente lo que quiero decir con la palabra "vacío" pero ahora estamos hablando sobre creación.

Mirad, he oído que en cierta universidad enseñan lo que llamamos literatura y pintura creadoras. ¿Puede enseñarse la calidad creadora? ¿Producirá espíritu creador la práctica continua de algo? Podéis aprender de un maestro la técnica de tocar el violín, pero es evidente que por la técnica no podéis tener el genio, mientras que, si uno tiene ese espíritu creador, producirá la técnica, mas no al revés. La mayoría de nosotros creemos que adquiriendo la técnica encontraremos lo otro. Tomad un ejemplo muy sencillo (aunque todos los ejemplos son defectuosos): ¿Qué es la vida sencilla? Decimos que vida sencilla es tener muy pocas posesiones, comer muy poco y abstenernos de hacer esto o aquello. En Asia se considera que está haciendo una vida muy sencilla un hombre que viste un taparrabo, que vive sólo y no hace más que una comida al día. Pero interiormente, puede estar en un torbellino volcánico, ardiendo en sus deseos,

pasiones, ambiciones. La vida simple de tal hombre no es un espectáculo exterior, que puede ser reconocido por otros y decir ellos: “¡Que hombre tan sencillo!” Ése es el estado efectivo de la mayoría de los santos: exteriormente, son muy sencillos, pero en lo interno son ambiciosos, disciplinan la mente, se esfuerzan por ajustarse a cierto modelo, y todo eso. Me parece, pues, que la sencillez primero empieza desde dentro, y no desde fuera. Del mismo modo, la creación no puede venir por la expresión. Tiene uno que estar en ese estado de creación y no buscar a través de la expresión. Estar en ese estado de creación es el descubrimiento de lo supremo. Y eso sólo puede ocurrir cuando no hay actividad del “yo” en ninguna dirección.

Volvamos a lo que dijo esa señora sobre el vacío. La mayoría de nosotros, aunque estemos mutuamente relacionados en lo exterior, vivimos en el aislamiento, y no es de ese aislamiento de lo que estoy hablando. El vacío es algo por completo distinto del aislamiento. Tiene que haber vacío entre vosotros y yo para que no nos veamos; tiene que haber un espacio por el cual yo pueda oír lo que decís y podáis oír lo que yo digo. Del mismo modo, tiene que haber espacio en la mente, es decir, ésta no debe hallarse tan llena de cosas que no quede ningún espacio. Sólo cuando hay espacio dentro de la mente (]lo que significa que no está atiborrada de actividad egocéntrica), sólo entonces es posible saber lo que es vivir. Pero vivir en aislamiento, eso no es posible.

Pregunta: ¿Querríais hablar más sobre la energía?.

Krishnamurti: Para hacer cualquier cosa, por pequeña que sea, hace falta energía, ¿no? Para levantarse y salir de esta tienda, para pensar, comer, conducir un automóvil, para la acción de cualquier clase que sea, se requiere energía. Y, en la mayoría de nosotros, cuando estamos haciendo algo, hay una forma de resistencia que disipa la energía, a menos que de la casualidad de que lo que estamos haciendo nos cause placer, y en tal caso no hay conflicto, no hay resistencia en la continuidad de la energía.

Como iba diciendo antes, uno necesita de energía para estar por completo atentos, y en esa energía no hay resistencia mientras no haya distracción, es decir, desde el momento en que queráis concentraros en algo pero al mismo tiempo queráis mirar por la ventana, habrá resistencia, conflicto. Pues bien, el mirar por la ventana es exactamente tan importante como cualquier otro mirar. Y una vez que veis que esto es así, entonces no hay distracción ni conflicto.

Para tener energía física, es evidente que debéis tomar la adecuada clase de alimento, etc. eso es algo con lo cual vosotros mismos podéis experimentar y no necesitamos discutirlo. Tenemos también la energía psicológica, que se disipa de varias maneras. Para tener esa energía psicológica, la mente busca estímulo. El ir a la iglesia, presenciar un partido de futbol, leer literatura, escuchar música, asistir a reuniones como ésta: todas estas cosas os estimulan; y si lo que queréis es que se os estimule, ello significa que psicológicamente sois dependientes. Todas las

formas de buscar estímulo implican depender de algo, ya sea una bebida, una droga, un orador o la asistencia a la iglesia; y seguramente que el depender del estímulo, en cualquier forma que sea, no sólo embota la mente, sino que también contribuye a disipar la energía. Así que, para conservar la energía propia, tiene que desaparecer toda forma de dependencia, toda clase de estímulos; y para la desaparición de esa dependencia tiene uno que darse cuenta de ella. Tanto si depende uno del estímulo de la propia esposa o marido, como de un libro, del trabajo que hace en la oficina de ir al cine, es decir de cualquier estímulo que uno busque, tiene ante todo que darse cuenta de este. El limitarse a aceptar estímulos y vivir con ellos disipa la energía y deteriora la mente. Mas, si uno percibe los estímulos y descubre todo su significado en la propia vida, podrá librarse de ellos. Por medio del conocimiento de si mismo que no es condenación de si mismo, ni todo eso, sino simplemente darse cuenta de si mismo, sin escoger aprende uno a cerca de todas las cosas de influencia, de dependencia, de estímulos; y ese movimiento mismo de aprender le da a uno la energía necesaria para liberarse de toda dependencia del estímulo.

26 de julio de 1964

CAPÍTULO VIII

Esta mañana tal vez podríamos dejar a un lado todos nuestros problemas: los económicos, los de relación personal, los de mala salud y también los muchos problemas mayores que nos rodean, nacionales e internacionales, los de la guerra, del hambre, los motines, etc. No es que estemos eludiéndolos, mas si podemos , al menos esta mañana, dejarlos a un lado, quizá entonces seamos capaces de acometerlos de modo distinto, con una mente más fresca, con una percepción más aguda, y por ello tratarlos de manera nueva, con mayor vigor y claridad.

Me parece que sólo el amor puede producir la acertada revolución, y que toda otra clase de revolución, es decir, la basada en teorías económicas, en ideologías sociales, y así sucesivamente, sólo puede producir más desorden, más confusión y desdicha. No podemos esperar resolver el problema humano, fundamental, reformando y recomponiendo sus muchas piezas. Sólo cuando hay gran amor es cuando podemos tener una perspectiva total y, por tanto, una total acción, en vez de esta actividad parcial, fragmentaria, que ahora llamamos revolución y que no conduce a ninguna parte.

Esta mañana me gustaría hablar sobre algo que incluye la totalidad de la vida, algo que no es fragmentario, sino una actitud total ante la existencia entera del hombre; y para examinarlo con alguna profundidad me parece que tiene que dejar uno de estar preso en teorías, creencias, dogmas. La mayoría de nosotros aramos sin cesar en el suelo de la mente, mas parece que nunca sembramos; analizamos, discutimos, fragmentamos las cosas, mas no comprendemos el movimiento total de la vida.

Pues bien, creo que hay tres cosas que tenemos que comprender de modo muy profundo si hemos de comprender todo el movimiento de la vida. Son el tiempo, el dolor y la muerte. Para comprender el tiempo, para abarcar el pleno significado del dolor y para convivir con la muerte, para todo eso hace falta la claridad del amor. El amor no es una teoría ni un ideal. O amáis o no amáis. El amor no puede enseñarse. No podéis tomar lecciones sobre cómo amar, ni existe un método por cuya práctica diaria podáis saber lo que es el amor. Mas yo creo que llega uno al amor de forma natural, fácil, espontánea, cuando realmente comprende el sentido del tiempo, la extraordinaria profundidad del dolor y la pureza que viene con la muerte. Acaso podamos, pues, considerar –en la realidad, no en teoría o de manera abstracta- la naturaleza del tiempo, la calidad o estructura del dolor y eso tan extraordinario que llamamos muerte. Estas tres cosas no están separadas. Si comprendemos el tiempo, comprenderemos lo que es la muerte, y también comprenderemos lo que es el dolor. Mas si consideramos el tiempo como algo que está parte del dolor y la muerte, e intentamos tratarlo separadamente, entonces nuestro enfoque será fragmentario y, por tanto, nunca comprenderemos la extraordinaria belleza y vitalidad del amor.

Vamos, pues, esta mañana a tratar del tiempo, no como una abstracción, sino como una cosa real, siendo el tiempo duración, la continuidad de la existencia. Está el tiempo cronológico, las horas y días que se extienden hasta millones de años; y es el tiempo cronológico el que ha producido la mente con que operamos; ésta es el resultado del tiempo como continuidad de la existencia, y se llama progreso el perfeccionamiento o pulimento de la mente por esa continuidad. El tiempo es también la duración psicológica creada por el pensamiento como medio para lograr algo. Utilizamos el tiempo para progresar, para conseguir, para llegar a ser, para producir cierto resultado. El tiempo, para la mayoría de nosotros, es un peldaño hacia algo que es mucho más grande: hacia el desarrollo de ciertas facultades, hacia el perfeccionamiento de determinada técnica, hacia el logro de un fin, una meta, sea loable o no; y así hemos llegado a pensar que el tiempo es necesario para comprender lo que es verdadero, lo que es Dios, lo que está más allá de todo el afán del hombre.

La mayoría de nosotros consideramos el tiempo como el periodo de duración entre el momento presente y algún momento futuro, en que habremos conseguido algo, y utilizamos ese tiempo para cultivar el carácter, para librarnos de cierto hábito, para desarrollar un músculo o un punto de vista. Durante dos mil años, la mente cristiana ha sido condicionada para creer en un Salvador, en el infierno, en

el cielo; en Oriente se ha producido un similar condicionamiento mental a lo largo de un periodo mucho más dilatado. Creemos que el tiempo es necesario para todo lo que tenemos que hacer o comprender y, por tanto, el tiempo se convierte en una carga, en una barrera contra la percepción afectiva; nos impide ver de manera inmediata la verdad de algo, porque creemos que hay que tomarse tiempo para ello. Decimos: “Mañana o dentro de un par de años comprenderé esto con extraordinaria claridad.” Desde el momento en que admitimos el tiempo, estamos cultivando la indolencia, esa peculiar pereza que nos impide ver inmediatamente la cosa como es en realidad.

Creemos necesitar el tiempo para abrirnos paso a través del condicionamiento que sobre la mente ha impuesto la sociedad, con sus religiones organizadas, sus códigos de moral, sus dogmas, su arrogancia y su espíritu de competencia. Pensemos en términos de tiempo, porque el pensamiento es del tiempo; el pensamiento es la respuesta de la memoria, y esta es toda la experiencia que se ha ido acumulando, que hemos heredado y adquirido por la raza, la comunidad, el grupo, la familia y el individuo. Estos conocimientos son el resultado del proceso aditivo de la mente, y su acumulación ha requerido tiempo. Para la mayoría de nosotros, la mente es memoria, y siempre que hay un estimulo, una demanda, es la memoria la que responde. Es como la respuesta del cerebro electrónico, que funciona por asociación. Como el pensamiento es la reacción de la memoria, es, en su naturaleza misma, producto del tiempo y creador del mismo.

Por favor, lo que estoy diciendo no es una teoría, no es algo sobre lo cual tengáis que pensar. No tenéis que pensar sobre ello, sino más bien verlo porque es así. No voy a entrar en todos los intrincados detalles, pero he indicado los hechos esenciales, y o lo veis o no lo veis. Si estáis siguiendo lo que se dice, no sólo de modo verbal, lingüístico o analítico, sino viendo efectivamente que es así, comprenderéis como engaña el tiempo; y entonces la cuestión es si el tiempo puede cesar; si podemos ver todo el proceso de nuestra propia actividad, ver su profundidad, su superficialidad, su belleza, su fealdad, no mañana sino inmediatamente, entonces esa misma percepción es la acción que destruye el tiempo.

Sin comprender el tiempo no podemos comprender el dolor. No son dos cosas diferentes, como tratamos de hacer creer. Ir a la oficina, estar con la familia, procrear hijos, no son incidentes separados, aislados; al contrario, están profunda e íntimamente relacionados unos con otros; y no podemos ver esta extraordinaria intimidad de relación si no existe la sensibilidad que el amor conlleva.

Para comprender el dolor, tenemos en realidad que comprender la naturaleza del tiempo y la estructura del pensamiento. El tiempo tiene que detenerse pues de lo contrario sólo estaremos repitiendo la información que hemos acumulado como un cerebro electrónico. Si no termina el tiempo lo cual significa la terminación del pensamiento, habrá mera repetición, ajuste, una continua modificación; nunca habrá nada nuevo. Somos como cerebros electrónicos glorificados, tal vez un

poco más independientes, pero, sin embargo, maquinales en la forma en que funcionamos.

Así, para comprender la naturaleza del dolor y para acabar con él, tiene uno que comprender el tiempo; y comprender el tiempo es comprender el pensamiento. No están separados. Al comprender el tiempo nos encontramos con el pensamiento, y la comprensión de este es la terminación del tiempo y por tanto, la del dolor. Si eso está muy claro, entonces podemos mirar el dolor sin rendirle culto, como hacen los cristianos. Aquello que no comprendemos lo adoramos o lo destruimos, lo ponemos en una iglesia, en un templo o en un oscuro rincón de la mente, y le tenemos mucho miedo; o le damos de puntapiés, lo tiramos o lo eludimos más aquí no estamos haciendo ninguna de esas cosas. Vemos que durante miles de años el hombre ha luchado con este problema del dolor, y que no ha podido resolver; se ha habituado, pues, a él, lo ha aceptado, diciendo que es una parte inevitable de la vida.

Más el limitarse a aceptar el dolor es no sólo estúpido sino que contribuye a embotar la mente la vuelve insensible, brutal, superficial, y así la mediocridad invade la vida, la deja reducida únicamente a trabajo y placer. Uno vive una existencia fragmentada, como hombre de negocios, científico, artista, como persona sentimental o de las llamadas religiosas, etc. Mas para comprender el dolor y librarse de él tenéis que comprender el tiempo y por consiguiente el pensamiento. No podéis negar el dolor ni huir, eludirlo por las diversiones, las iglesias, las creencias organizadas; ni podéis aceptarlo y rendirle culto; y para no hacer ninguna de estas cosas, hace falta mucha atención, que es energía.

El dolor hecha raíces en la autocompasión, y para comprenderlo tiene primero que haber una implacable actuación frente a toda autocompasión. No se si habréis observado como os compadecéis de vosotros mismos, por ejemplo cuando decís: “me siento sólo”. Desde el momento en que os tenéis lástima ya habéis proporcionado el terreno en que arraiga el dolor. Por mucho que justifiquéis la autocompasión y la racionalicéis, le deis lustre, la tapéis con ideas, ahí seguirá, enconándose hondamente en vuestro interior. Así pues, un hombre que quiere comprender el dolor tiene que empezar por librarse de esta trivialidad brutal, egocéntrica, egoísta, que es la lástima de si mismo. Podéis teneros lástima por tener una dolencia o porque hayáis perdido a alguien por la muerte, o porque no os hayáis realizado y en vista de ello os sintáis frustrados, embotados; pero, sea la que fuere la causa, la lástima de si mismo es la raíz del dolor. Una vez que estéis libre de esta lástima, podréis mirar el dolor sin rendirle culto ni escapar de él ni darle un significado espiritual, como cuando decís que tenéis que sufrir para encontrar a Dios, cosa que es una insensatez. Sólo la mente embotada, estúpida, es la que soporta el dolor. No tiene que haber, pues, aceptación ni negación de él. Cuando no os tengáis lastima, habréis privado al dolor de todo sentimentalismo, de todo el emocionalismo que surge de la autocompasión; y entonces podréis mirar el dolor con atención completa.

Espero que estéis haciendo esto efectivamente conmigo esta mañana, según avanzamos, y que no os limitaréis a aceptar verbalmente lo que se está diciendo. Daos cuenta de vuestra propia embotada aceptación del dolor y de vuestra racionalización, vuestras excusas, autocompasión, sentimentalismo, actitud emotiva frente al dolor, porque todo eso disipa la energía. Para comprender el dolor tenéis que prestarle toda vuestra atención, y en esa atención no caben excusas, el sentimentalismo ni la racionalización, y no hay lugar para ninguna clase de lástima de si mismo.

Espero que me estaré expresando claramente cuando hablo de prestar toda nuestra atención al dolor. En esa atención no hay esfuerzo para resolverlo o para comprender el dolor. Está uno simplemente mirando, observando. Cualquier esfuerzo para comprender, para racionalizar o para eludir el dolor contradice ese estado negativo de completa atención, en el cual puede comprenderse esto que se llama dolor.

No estamos analizando, no investigamos analíticamente el dolor para librarnos de él, porque eso no es más que una jugarreta de la mente. Ésta analiza el dolor y entonces imagina que ha comprendido y que está libre de ese dolor, lo cual es un disparate. Podéis libraros de una clase determinada de dolor, pero éste volverá a surgir en otra forma. Hablamos del dolor como una cosa total –del dolor en si-, sea vuestro, mío o de cualquier otro ser humano.

Como he dicho, para comprender el dolor tiene que haber comprensión del tiempo y del pensamiento, tiene que haber una comprensión sin selección, de todos los modos de escapar, de toda lástima de si mismo, de todas las verbalizaciones, para que la mente llegue a estar en completa quietud frente a algo que tiene que comprenderse. No hay entonces división alguna entre el observador y la cosa observada. No es que vosotros –el observador, el pensador- sintáis dolor y estéis observándolo, sino que existe sólo el estado de dolor. Ese estado de dolor no dividido es necesario, porque cuando miráis el dolor como observador creáis conflicto, que embota la mente y disipa la energía, y por consiguiente no hay atención.

Cuando la mente comprende la naturaleza del tiempo y del pensamiento, cuando se ha despojado de la autocompasión, el sentimentalismo, el emocionalismo y todo eso, entonces el pensamiento –que ha creado toda esa complejidad- termina, y no existe el tiempo; por tanto, estáis directa e íntimamente en contacto con eso que llamáis dolor. Éste se sostiene sólo cuando uno escapa de él, cuando desea eludirlo o resolverlo o adorarlo. Mas cuando no hay nada de todo eso, porque la mente está en contacto directo con el dolor y por tanto, en completo silencio con respecto a él, entonces descubriréis por vosotros mismos que en la mente no hay dolor en absoluto. Desde el momento en que la mente está en completo contacto con el hecho del dolor, ese mismo hecho resuelve todas las cualidades del tiempo y del pensamiento que producen el dolor. Éste por consiguiente, termina.

¿Cómo vamos a comprender eso que llamamos muerte y de lo que tanto nos asustamos? El hombre ha creado muchas enrevesadas maneras de hacer frente a la muerte: rindiéndole culto, negándola, aferrándose a innumerables creencias, etc. Mas, para comprender la muerte, tenéis ciertamente que llegar a ella con una mente fresca; porque, en realidad, no sabéis nada sobre la muerte, ¿verdad? Puede ser que hayáis visto morir a personas y hayáis observado en vosotros mismos o en otros la llegada de la vejez, con su deterioro. Sabéis que la vida física termina por el envejecimiento, por accidente, enfermedad, asesinato, o suicidio, mas no conocéis la muerte como conocéis el sexo, el hambre, la crueldad, la brutalidad. No sabéis realmente lo que es morir, y hasta que no lo sepáis no tendrá sentido alguno la muerte ni cuales son sus implicaciones, se asusta de ella, se asusta del pensamiento, no del hecho, que no conoce.

Os ruego que examinéis esto un momento conmigo.

Si murieseis instantáneamente, no habría tiempo para pensar sobre la muerte y asustarse de ella, pero hay un lapso entre ahora y el momento en que la muerte vendrá, y durante ese intervalo tenéis mucho tiempo para preocuparos, para racionalizar. Queréis llevar a la próxima vida –si es que hay una próxima vida –todas las preocupaciones, los deseos y el conocimiento que habéis acumulado, y así inventáis teorías o creéis en alguna clase de inmortalidad. Para vosotros, la muerte es algo que está separado de la vida; la muerte está allá, mientras que vosotros estáis acá, ocupados en vivir conduciendo el auto, dedicados al sexo, sintiendo hambre, inquietud, yendo a la oficina, acumulando conocimientos etc. No queréis morir, porque no habéis acabado de escribir vuestro libro o tocar perfectamente el violín. Separáis, pues, la muerte de la vida y decís: “Quiero comprender la vida ahora y luego ya comprenderé la muerte.” Mas no están separadas una de otra y eso es lo primero que hay que comprender. La vida y la muerte son una, están íntimamente relacionadas, y no podéis aislar una de ellas y tratar de comprenderla aparte de la otra. Pero la mayoría de nosotros hacemos esto, separamos la vida en compartimientos impenetrables, no relacionados. Si sois economistas, entonces la economía es lo único en que os interesáis, y no sabéis nada sobre lo demás. Si sois un médico cuya especialidad es la nariz y la garganta, o el corazón, vivís en ese limitado campo de conocimiento durante cuarenta años, y os sentís en el paraíso cuando morís.

Como dije, tratar la vida de modo fragmentario es vivir en constante confusión, contradicción, desdicha. Tenéis que ver la totalidad de la vida; y sólo podéis ver esta totalidad cuando hay afecto, amor. El amor es la única revolución que producirá orden. De nada sirve adquirir cada vez más conocimientos sobre matemáticas, medicina, historia, economía y luego juntar los fragmentos. Eso no resolverá nada. Sin amor, la revolución sólo lleva al culto del estado o al de una imagen, o bien al de innumerables corrupciones tiránicas y a la destrucción del hombre. Del mismo modo, cuando la mente, por estar asustada, aleja la muerte y la separa del vivir cotidiano, esa separación sólo sirve para engendrar más miedo,

más inquietud, y para multiplicar las teorías sobre la muerte. Para comprender la muerte tenéis que comprender la vida, la vida no es la continuidad del pensamiento. Esta continuidad misma es lo que ha engendrado toda nuestra desdicha.

¿Puede, pues, la mente traer la muerte desde la distancia a que la proyectamos, al presente inmediato? ¿Comprendéis? La muerte no está en realidad lejos: está aquí y ahora, está aquí cuando estáis hablando, cuando disfrutáis, cuando escucháis, cuando vais a la oficina; está aquí en cada minuto de la vida, lo mismo que está el amor. Una vez que percibáis este hecho, encontraréis que no hay miedo alguno a la muerte. Teme uno no lo desconocido, sino perder lo conocido; teméis perder vuestra familia, quedaros solos, sin compañía; os da miedo la pena de la soledad, estar sin las experiencias, sin las posesiones que habéis acumulado. Es lo conocido lo que nos da miedo dejar. Lo conocido es memoria, y a esa memoria se aferra la mente. Pero la memoria es sólo algo mecánico, como lo demuestran muy bellamente los ordenadores.

Para comprender la belleza y la extraordinaria naturaleza de la mente tiene que haber liberación de lo conocido. Al morir para lo conocido empieza la comprensión de la muerte, porque entonces la mente se vuelve fresca, nueva, y no hay miedo; por eso puede uno entrar en ese estado que se llama la muerte. Así que, desde el principio hasta el fin, vida y muerte son una sola cosa. El sabio comprende el tiempo, el pensamiento y el dolor, y sólo él puede comprender la muerte. La mente que está muriendo a cada minuto, sin acumular nunca, sin acopiar jamás experiencia, es inocente y por lo tanto, se halla en un constante estado de amor.

No se si querráis preguntar algo sobre todo esto, así podríamos profundizar con más detalle.

Pregunta: Señor, ¿cuál es la diferencia entre vuestro pensamiento sobre el amor y el pensamiento cristiano acerca del mismo?

Krishnamurti: Temo no poder decíroslo. No estoy pensando en el amor. No podéis pensar en él; si pensáis, no será amor. Ya sabéis, hay una enorme diferencia entre el sexo y el pensamiento sobre el sexo, que estimula la sensación. La mente que sólo se ocupa del disfrute del sexo, que sólo piensa en el sexo, que se excita con imágenes, ilustraciones o pensamientos, esa mente tiene un rasgo destructivo. Pero lo otro, el sentimiento, cuando no hay pensamiento sobre él, es por completo distinto. Del mismo modo, no podéis pensar sobre el amor. Podéis pensar en él con arreglo al modelo de vuestro recuerdo, o en términos de lo que se os ha dicho: que es bueno, profano, sagrado, etc. Mas ese pensar no es amor. El amor no es cristiano ni hindú, no es oriental ni occidental, no es vuestro ni mío. Sólo cuando os libráis de todas esas ideas de vuestra nacionalidad, raza, religión y todo lo demás, sólo entonces es cuando sabéis lo que es amar.

Como veis, he hablado esta mañana sobre la muerte, para que realmente comprendáis todo esto, no sólo mientras estéis aquí en esta tienda, sino durante el resto de vuestra vida, y así os liberéis del dolor, del miedo, y sepáis efectivamente lo que significa morir. Si ahora en los días venideros vuestra mente no está completamente alerta, inocente, profundamente atenta, entonces el escuchar palabras es del todo fútil. Mas si os dais cuenta, si estáis profundamente atentos, concientes, de vuestros propios pensamientos y sentimientos, si no estáis interpretando lo que dice el que habla, sino que en realidad os observáis mientras él describe y profundiza en el problema, entonces, cuando salgáis de esta tienda, viviréis, no sólo con gozo, sino con la muerte y el amor.

28 de julio de 1964

Capítulo IX

Esta mañana quisiera hablar sobre algo que puede ser un poco ajeno a la mayoría de las personas. Me parece que una de las cosas más importantes de la vida es aclarar la mente, vaciarla de toda experiencia y pensamiento, para que quede nueva, fresca, inocente; porque es sólo la mente inocente, en su libertad, la que puede descubrir lo que es verdadero. Esta inocencia no es un estado de permanencia, no es que la mente haya logrado un resultado y se quede ahí. Es el estado de una mente que, como es libre por completo, puede renovarse de momento a momento, sin esfuerzo. Y esta inocencia, esta libertad para descubrir, es de una gran importancia, porque la mayoría de nosotros vivimos muy superficialmente; vivimos en el conocimiento y la información, y creemos que estas cosas son suficientes, pero sin meditación nuestra vida es muy superficial. Al decir “meditación” no me refiero a contemplación o plegaria. Para hallarse en un estado de meditación, o más bien llegar a él natural y fácilmente, sin esfuerzo, tiene uno que empezar a comprender la mente superficial, cotidiana, la mente que se satisface tan fácilmente con la información. Habiendo acumulado conocimientos o adquirido una capacidad técnica que nos permita especializarnos en una dirección determinada y vivir en este mundo más bien superficialmente, la mayoría de nosotros nos contentamos con vivir en ese nivel sin comprender ningún problema psicológico que pueda surgir. Me parece, pues, muy importante observar cuán superficial es ahora la mente, e inquirir si es posible que vaya más allá de sí misma.

Cuanto más conocimiento y preparación tiene uno, tanto mayor es su capacidad en la vida diaria, y es evidente que debe un tener ese conocimiento, ese adiestramiento, esa capacidad, porque no podemos renunciar a la maquinaria y a la ciencia y retroceder a las costumbres de la antigüedad. Eso sería como hacen las llamadas personas religiosas, que tratan de volver a una tradición o revivir antiguos conceptos y fórmulas filosóficas, destruyéndose por ello a sí mismas y el mundo en que viven. La ciencia, las matemáticas y la técnica de que ahora

dispone el hombre son absolutamente necesarias. Sin embargo, vivir en este mundo de tecnología, información y conocimientos que se desarrollan tan rápidamente, tiende a hacer la mente muy superficial, y la mayoría de nosotros nos contentamos con seguir en esa superficialidad, porque el conocimiento y la técnica nos dan más dinero, más comodidad, más de la llamada libertad, cosas todas que son altamente respetadas por una sociedad degradada, en desintegración. Así, la mente que quiere ir más allá de sí misma, tiene que comprender las limitaciones de la técnica, del conocimiento y la información, y estar libre de tales limitaciones.

Como puede uno observar, todas nuestras actividades, emociones, reacciones nerviosas, son muy superficiales, están en lo exterior. Viviendo en la superficie, como lo hace la mayoría de nosotros, tratamos de buscar las honduras, tratamos de profundizar cada vez más, bajo la superficie, porque pronto se cansa uno de esta manera superficial de vivir. Cuanto más inteligentes, intelectuales, apasionados seamos, tanto más viva será nuestra percepción de lo superficial de nuestra existencia, que se vuelve bastante cansada, aburrida y de escasa importancia. Así es que la mente superficial trata de descubrir el propósito de la vida, o bien busca una fórmula que le dé un propósito a la vida. Pugna por vivir con arreglo a un concepto que ha ideado o a una creencia que ha aceptado, y por ello su acción sigue siendo superficial. Hay que ver muy claramente este hecho.

Lo que vamos a hacer esta mañana es quitar capa tras capa de superficialidad para poder llegar al origen, a la verdadera profundidad de las cosas. La superficialidad se perpetúa por la experiencia, y por ello es muy importante comprender todo el significado de la experiencia.

Ante todo, ve uno cómo la especialización técnica de cualquier clase tiende a hacer la mente estrecha, mezquina, limitada, cualidades que son la esencia misma de lo burgués. Luego la mente, como es superficial, busca eso que llama lo importante de la vida, y por ello proyecta un modelo que es complaciente, beneficioso, placentero y que se ajusta a ese patrón. Este proceso le da un determinado propósito, un impulso, una sensación de triunfo.

También tenemos que comprender plenamente eso que se llama experiencia. Como vivimos una vida muy superficial, siempre estamos buscando experiencias cada vez más amplias y más profundas. Por eso acude la gente a las iglesias, toma mezcalina, ensaya el LSD-25, el ácido lisérgico y otras varias drogas, para conseguir una nueva sacudida, un nuevo estímulo, una nueva sensación. La mente busca también experiencias a través del arte, de la música y de las más recientes formas de expresión.

Ahora bien, una mente que quiera encontrarse a gran profundidad –encontrarse, no provocar ese estado- tiene que comprender todas estas cosas. Comprender no es meramente abarcar intelectualmente la comunicación verbal, sino más bien ver de modo inmediato la verdad de las cosas; y esta comprensión inmediata es

compasión. Ninguna abundancia de argumentos, de investigar la verdad de las opiniones, puede producir comprensión. Lo que se necesita es sensibilidad, percepción, exploración cuidadosa que paso a paso confiera a la mente la capacidad para aprehender con celeridad.

¿Cuál es, pues la naturaleza de la experiencia? Todos queremos nuevas experiencias, ¿no es así
‘ Estamos cansados de lo viejo, de las cosas que nos han traído dolor, que nos han causado pena, de la rutina de la oficina, de los ritos de la iglesia, del culto al Estado. Está uno harto de todo eso, cansado, agotado. Quiere uno, pues, más experiencias en diferentes direcciones y a distintos niveles, Más sólo la mente que no busca ni acumula experiencia, sólo una mente así, es la que puede hallarse en un estado de completa profundidad.

La experiencia es el producto de un estímulo y una respuesta. La reacción de la mente a un estímulo puede ser adecuada o inadecuada, según su pasado, su condicionamiento. Es decir, respondemos a cada estímulo con arreglo a nuestro pasado, a nuestro condicionamiento particular. Esa respuesta al estímulo es la experiencia; y toda experiencia deja un residuo al cual llamamos conocimiento.

Para decirlo de otro modo, al pasar por diversas experiencias, la mente actúa como un tamiz, en el cual cada experiencia deja cierto sedimento. Ese sedimento es la memoria y con ese recuerdo se hace frente a la siguiente experiencia. De modo que cada experiencia –por muy amplia y profunda, por vital que sea– deja un nuevo depósito de sedimento o recuerdo, y por ello refuerza el condicionamiento de la mente.

Os ruego que no toméis esto como una opinión, ni tampoco se trata de que creáis lo que se está diciendo. Si os observáis veréis que esto es lo que en realidad sucede. El que habla describe la acumulación mental de la experiencia, y ese proceso lo observáis en vosotros mismos. No hay pues nada que creer, ni os estoy hipnotizando con mis palabras.

Así, toda la experiencia, sea la que fuere, deja un sedimento, que se convierte en el pasado como recuerdo, y en ese sedimento vivimos. Es el “yo”, es la estructura misma de la actividad egocéntrica. Viendo la naturaleza limitada de esta actividad egocéntrica, buscamos cada vez más y mayores experiencias, o insistimos en averiguar cómo superar estas limitaciones para dar con algo más grande. Más toda esa búsqueda sigue siendo la actividad de la acumulación, y no sirve más que para aumentar lo que ya había, el sedimento de la experiencia, ya sea la de un minuto, la de un día o la de millones de años.

Pues bien, tenéis que ver claramente este hecho, tenéis que daros cuenta de él, como os dais cuenta de tener hambre. Cuando sentís hambre, nadie tiene que decíroslo. Es vuestra propia experiencia. Del mismo modo, habéis de ver muy claramente por vosotros mismos que toda experiencia –ya sea de afecto, de

simpatía, de orgullo, de celos, de inspiración, de miedo o de lo que queráis- deja un residuo en la mente; y que la constante repetición y superposición de tal residuo o sedimento es todo el proceso del pensar, de nuestro ser. Cualquier actividad que surja de este proceso, a cualquier nivel que sea, tiene que ser superficial, inevitablemente; y una mente que quiera investigar sobre la posibilidad de descubrir un estado original o un mundo no contaminado por el pasado ha de comprender este proceso de experiencia.

Surge, pues, la cuestión de si es posible vernos libres de toda autoridad egocéntrica, sin esfuerzo, sin tratar de disolverla y de convertirla por ello en un problema.

Espero que estaré presentando claramente la cuestión. De lo contrario, carecerá de toda claridad lo que voy a decir ahora.

Ahora bien, la palabra “meditación” significa en general reflexionar, investigar o ponderar algo; o puede significar un estado de mente contemplativo, sin el proceso del pensamiento. Es una palabra que tiene muy poco sentido en esta parte del mundo, pero en Oriente tiene una gran importancia. Se ha escrito mucho sobre el asunto y hay muchas escuelas que propugnan diversos métodos o sistemas de meditación.

Para mí, la meditación no es ninguna de esas cosas. Meditación es el vaciamiento total de la mente, y no puede uno vaciarla de manera forzada, según un método, una escuela o sistema. Además, debe uno ver la completa falacia de los sistemas. Practicar un sistema de meditación es ir en pos de la experiencia, es un intento de lograr una experiencia más elevada o la experiencia máxima y definitiva. Cuando uno comprende la naturaleza de la experiencia, rechaza todo eso, lo da por terminado para siempre, porque la mente propia ya no sigue a nadie, no persigue la experiencia, no tiene deseo de visiones. Toda búsqueda de visiones, toda intensificación artificial de la sensibilidad –por medio de drogas, disciplina, rituales, culto, plegaria- es actividad egocéntrica.

Nuestra pregunta es, pues: una mente que se haya superficializado por la tradición, por el tiempo, por la mente, por la experiencia, ¿cómo podrá una mente así liberarse sin esfuerzo de su superficialidad? ¿Cómo puede estar tan por completo despierta que ya no tenga sentido alguno la búsqueda de experiencia? ¿Comprendéis? Lo que está lleno de luz no pide más luz: es la luz misma; y toda influencia, toda experiencia que penetre en esa luz, se quema, desaparece en ese mismo momento, de modo que la mente queda siempre clara, inmaculada, inocente. Sólo la mente clara, inocente, es la que puede ver lo que está más allá de la medida del tiempo. Y ¿cómo va a producirse ese estado mental?

¿He planteado con claridad la pregunta? No es mi pregunta: es, o debe ser, la de todos, de modo que yo os la estoy formulando. Si yo os impusiera esta pregunta, la convertiríais en un problema, diríais: “¿Cómo voy a hacerlo?” Esa pregunta ha

de nacer de vuestra percepción, porque habéis vivido, habéis observado y visto lo que es el mundo, y os habéis observado a vosotros mismos en vuestras acciones; habéis leído y acumulado información, habéis progresado en conocimiento, habéis visto personas muy listas de mente, como las máquinas computadoras; profesores que pueden soltar una retahíla de conocimientos, y os habéis encontrado con teólogos de ideas fijas, alrededor de las cuales han edificado maravillosas teorías. Habiendo percibido todo esto, debéis haberos formulado inevitablemente la pregunta: "¿Cómo va la mente, que es esclava del tiempo, producto del pasado, cómo va una mente así a prescindir por completo, fácilmente y sin esfuerzo, del pasado? ¿Cómo se va a librar del tiempo sin ninguna directiva o motivo, de modo que se encuentre en la fuente original de la vida?".

Ahora bien, cuando os hacéis esa pregunta, u os la hace otro, ¿cuál es vuestra respuesta? Por favor, no me respondáis, sino escuchad simplemente. Es una pregunta inmensa, no es una simple cuestión retórica que podáis contestar rápidamente o desecharla; es una pregunta de enorme importancia para una mente que haya visto claramente las tonterías de la religión organizada y haya dejado de hacer caso a sacerdotes, gurus, templos, iglesias, rituales, inciensos, que no haga ningún caso a nada de eso. Y, si habéis llegado a este punto, entonces tenéis que haberos preguntado: ¿cómo va la mente a ir más allá de si misma?

¿Qué hacéis cuando os veis enfrentados directamente con un inmenso problema, cuando os sucede algo tremendo e inmediato? La experiencia es tan vital, tan exigente, que os absorbe por completo, ¿no? La mente se sobrecoge ante ese enorme acontecimiento, de modo que se queda quieta. Ésa es una forma de silencio. Vuestra mente responde como un niño al que se ha dado un juguete muy interesante. Este juguete lo absorbe, le hace concentrarse de modo que, de momento, deja de ser travieso, ya no alborota ni hace nada de eso. Y lo mismo le ocurre a los adultos cuando se enfrentan con algún gran problema. Como la mente no comprende todo su significado, se entrega a esa experiencia y se embota, sufre una conmoción, se queda paralizada, de modo que queda fugazmente silenciosa. Esto es algo que hemos experimentado la mayoría de nosotros.

Luego existe un silencio de la mente que viene cuando se mira el problema con completa concentración. En ese estado no hay distracción, porque por el momento la mente no tiene otro pensamiento, otro interés, no mira a ninguna parte, pues sólo le interesa esa única cosa; se intensifica la concentración y se excluye todo lo demás. En ese esfuerzo hay vitalidad, una demanda, una urgencia que también produce un cierto silencio.

Cuando la mente está absorta en un juguete, en un problema cualquiera, lo único que está haciendo es escapar. Cuando se apoderan de la mente imágenes, símbolos, palabras tales como "Dios", "Salvador", etc., todo esto es una profunda evasión, una huída de lo real, y en esa fuga hay un cierto silencio. Cuando la

mente se sacrifica o se olvida de si misma mediante la completa identificación con algo, puede estar perfectamente quieta, pero se encuentra entonces en un estado neurótico. La demanda de identificarse con un propósito, con una idea, con un símbolo, con un país, con una raza: todo eso es neurótico, como lo son todas las personas supuestamente religiosas. Se han identificado con el salvador, con el Maestro, con esto o con aquello, lo cual les da una enorme sensación de alivio y les trae cierta perspectiva beatífica de la vida, cosa que es una actitud enteramente neurótica.

Existe luego la mente que ha aprendido a concentrarse, que se ha enseñado a no desviar nunca la mirada de la idea, de la imagen, del símbolo que ha proyectado frente a sí misma. Y ¿que ocurre en ese estado de concentración?. Toda concentración es esfuerzo y todo esfuerzo es resistencia. Es como construir una muralla defensiva en torno vuestro, con un agujerito por el cual miráis sólo una idea o un pensamiento, de modo que nunca podáis ser sacudidos, nunca os volváis inseguros. No estáis nunca abiertos, sino que siempre vivís en vuestra concha de concentración, tras los muros de vuestra inspirada persecución de algo, y de esto sacáis una enorme sensación de vitalidad, un impulso que os permite hacer cosas extraordinarias: ayudar a personas que están en los barrios pobres, a las que viven en los desiertos, hacer toda clase de buenas obras; pero es aún la actividad egocéntrica de una mente que se concentra en una sola cosa, excluyendo toda otra. Y eso da también a la mente una cierta paz, un cierto silencio.

Bueno, pues existe un silencio que no tiene nada que ver con ninguno de estos estados neuróticos, y ahí es donde reside nuestra dificultad; porque desgraciadamente, y digo eso con mucha cortesía, la mayoría de nosotros somos neuróticos. Así, pues, para comprender lo que es el silencio tiene uno primero que estar libre de toda neurosis. En el silencio de que estoy hablando no hay autocompasión, no se percibe un resultado, no se proyecta una imagen; no hay visiones, ni pugna uno por concentrarse. Ese silencio viene sin llamarlo, cuando habéis comprendido la absorción de la mente en una idea y las diversas formas de concentración que practica; y cuando habéis comprendido también el proceso del pensar. Partiendo del hecho de observar, de vigilar la actividad egocéntrica de la mente, viene un sentido de disciplina extraordinariamente flexible. Y esa es la disciplina que habéis de tener. No la disciplina defensiva, reaccionaria; no tiene nada que ver con sentarse con las piernas cruzadas en un rincón, ni todas esas cosas tan pueriles. Y en ello no hay imitación no hay conformidad, no hay esfuerzo para lograr un resultado. El observar todos los movimientos del pensamiento y del deseo, el hambre de nuevas experiencias, el proceso de identificarse con algo: meramente el observar y comprender todo eso produce de modo natural una facilidad de disciplina en libertad. Con esta disciplina de comprensión viene un peculiar darse cuenta de inmediato, una percepción directa, un estado de completa atención. En esta atención hay virtud, y esa es la única virtud. La moral social, el carácter que se desarrolla por la resistencia de acuerdo con la respetabilidad y la ética de la sociedad: esto no es virtud en absoluto. Virtud

es la comprensión de toda esta estructura social que el hombre ha construido en torno de si mismo; y también la comprensión del llamado autosacrificio de la mente mediante la identificación y el control. La atención nace de esa comprensión, y sólo en la atención hay virtud.

Debéis tener una mente virtuosa, pero no es virtud la que se limita a ajustarse a los patrones sociales y religiosos de una determinada sociedad, ya sea capitalista o comunista. Tiene que haber virtud, porque sin ella no hay libertad. Más, como la humildad, la virtud no puede cultivarse. No podéis cultivar la virtud, lo mismo que no podéis cultivar el amor. Pero cuando hay atención completa hay también virtud y amor. De la atención completa viene el silencio total, no sólo al nivel de la mente consciente, sino también del inconsciente. Tanto lo consciente como lo inconsciente son, en realidad, muy triviales, y la percepción de su trivialidad libera la mente del pasado, lo mismo que del presente. Al prestar toda la atención a lo presente, viene un silencio en el cual la mente ya no está experimentando. Toda experimentación ha terminado, porque ya no hay nada que experimentar. Como está del todo despierta la mente es luz para sí misma. En este silencio hay paz. No es la paz de los políticos ni la que hay entre dos guerras. Es una paz que no nace de la reacción. Y cuando la mente está así, en quietud completa, puede seguir adelante. El movimiento de la quietud es enteramente distinto del movimiento de la actividad egocéntrica. Este movimiento de la quietud es creación. Cuando la mente es capaz de moverse en quietud, conoce la muerte y el amor, y puede entonces vivir en este mundo y sin embargo estar libre de él.

¿Queréis hacer alguna pregunta?

Pregunta: Anhelo el silencio, pero veo que mis intentos para alcanzarlo son cada vez más lastimosos a medida que pasa el tiempo.

Krishnamurti: Ante todo, no podéis anhelar este silencio; no sabéis nada sobre él. Aun cuando lo supierais, no sería así, porque lo que conoceríais no sería lo que es. Tiene uno pues que andar con mucho cuidado para no decir nunca “yo lo sé.”

Señor, mirad, lo que conocéis lo reconocéis. Os reconozco porque os encontré ayer. Como entonces oí lo que decíais y vi vuestro modo de ser, digo que os conozco. Lo que conozco ya es del pasado, y desde ese pasado puedo reconoceros. Mas este silencio no puede reconocerse; en él no hay proceso alguno de reconocimiento. Esto es lo primero que hay que comprender. Para reconocer algo tenéis que haberlo experimentado ya, haberlo conocido, o tenéis que haber leído sobre ello, o alguien tiene que haberlo descrito; mas lo que se reconoce, lo que se conoce, lo que se describe, no es este silencio porque nuestra vida es tan superficial, tan vacía, tan monótona, tan estúpida, que queremos escapar de toda su fealdad. Mas no podemos escapar de algo tan deplorable. No podemos huir. Lo que tenemos que hacer es comprenderlo, y para comprender algo es preciso que no lo rechacéis, que no escapéis. Debéis tener un gran amor, un verdadero afecto por aquello que queréis comprender. Si

queréis comprender a un niño, no podéis obligarlo o forzarlo, ni compararlo con su hermano mayor; tenéis que mirarlo, observarlo muy cuidadosamente, con ternura, con afecto, con todo lo que tengáis. Del mismo modo debemos comprender eso tan mezquino que llamamos nuestra vida, con todos sus celos, conflictos, desdichas, afanes y sufrimientos. De esa comprensión viene una cierta paz, que no podéis buscar a ciegas.

Tal vez ya os es conocida aquella bonita historia del discípulo que fue a ver a su maestro. Éste se encontraba sentado en un hermoso jardín, bien regado, y el discípulo vino a sentarse cerca de él, no enfrente, porque sentarse directamente ante el Maestro no es muy respetuoso. Así, sentado un poco a un lado, cruza las piernas y cierra los ojos. Entonces el Maestro pregunta: "Amigo mío, ¿qué estás haciendo? " Al abrir los ojos el discípulo dice: "Maestro trato de llegar a la conciencia del Buda", y cierra los ojos de nuevo. Poco después el Maestro coge dos piedras y empieza frotarlas una contra otra, haciendo mucho ruido; así, el discípulo desciende de su gran elevación y dice: Maestro, ¿qué estáis haciendo?" El Maestro replica : "Estoy frotando estas dos piedras para convertir una de ellas en espejo." Y dice el discípulo: "Pero, Maestro, seguramente que nunca lo conseguiréis, aunque las estéis frotando durante un millón de años." Entonces sonríe el Maestro y responde: "De la misma manera, amigo mío, puedes estar sentado así durante un millón de años, y nunca llegarás a lo que estás tratando de alcanzar," y eso es lo que todos estamos haciendo. Todos adoptamos posturas; todos queremos algo, andamos a tientas en busca de algo, cosa que requiere esfuerzo, pugna, disciplina. Pero me temo que ninguna de estas cosas abra la puerta ; lo que sí la abrirá es comprender sin esfuerzo; simplemente mirar, observar con afecto, con amor, mas no podéis tener amor si no sois humildes; y la humildad sólo es posible cuando no queréis ninguna cosa, ni de los dioses ni de ningún ser humano.

30 de julio de 1964.

Capítulo X

Esta mañana quisiera hablar –no simplemente explicar de modo verbal, sino también comprender en lo profundo- sobre el significado de la religión. Mas antes

de que podamos llegar a comprender bien esta cuestión tendremos que ver muy claro qué es la mente religiosa y cual es el estado de una mente que de veras inquiere sobre todo el asunto de la religión.

Me parece muy importante comprender la diferencia entre aislamiento y soledad. La mayor parte de nuestra actividad diaria se centra entorno a nosotros mismos; se basa en nuestro particular punto de vista, en nuestras particulares experiencias e idiosincrasias. Pensamos en términos de nuestra familia, nuestro empleo, lo que deseamos alcanzar, y también en términos de nuestros temores, esperanzas y desesperanzas. Es evidente que todo esto es egocéntrico y produce un estado de aislamiento, como podemos ver en nuestra vida diaria. Tenemos nuestros propios deseos secretos, ocultos empeños y ambiciones, y nunca estamos hondamente relacionados con nadie, ni con nuestras esposas, maridos, hijos; este aislamiento es igualmente resultado de escapar de nuestro tedio cotidiano, de las frustraciones y trivialidades de nuestra vida diaria; es causado también por nuestros escapes, en diversas formas, de la extraordinaria sensación de aislamiento que nos invade cuando súbitamente nos sentimos sin relación con nada, cuando todo está lejos y no hay comunión, no hay relación con nadie. Creo que la mayoría de nosotros –si es que percibimos siquiera el proceso de nuestro propio ser- hemos experimentado de manera muy profunda este aislamiento.

Debido a este sentimiento de soledad, a esta sensación de aislamiento, tratamos de identificarnos con algo más grande que la mente: puede ser con el estado, o con un ideal, o con un concepto de lo que es Dios. A esta identificación con algo grande o inmortal, algo que está fuera del campo de nuestro pensamiento, se le llama generalmente religión, y conduce a la creencia, al dogma, al ritual, a los empeños separatistas de grupos en pugna, creyendo cada uno de ellos en diferentes aspectos de la misma cosa; de modo que lo que llamamos religión produce aún mayor aislamiento.

Ve uno entonces cómo está la tierra dividida en naciones que compiten teniendo cada una su propio gobierno soberano y sus barreras económicas. Aunque todos somos seres humanos, hemos alzado murallas entre nosotros y nuestro prójimo por el nacionalismo, la raza, la casta y la clase, lo cual también engendra aislamiento, sentimiento de soledad.

Ahora bien, una mente que esté presa del sentimiento de soledad, de ese estado de aislamiento, no es posible que pueda comprender nunca lo que es la religión; puede creer, puede tener ciertas teorías, conceptos, fórmulas. Puede tratar de identificarse con aquello que llama Dios, pero me parece que la religión no tiene nada que ver con ninguna creencia, con ningún sacerdote, con ninguna iglesia ni con ningún libro sagrado. El estado de la mente religiosa sólo puede comprenderse cuando empezamos a comprender lo que es la belleza; y sólo puede abordarse la comprensión de la belleza por medio de la soledad total. La mente sólo puede saber lo que es la belleza cuando esté sola por completo, y no en ningún otro estado.

Es evidente que la soledad no es aislamiento, ni es la peculiaridad de ser único. Ser único es simplemente ser excepcional de algún modo, mientras que estar sólo por completo requiere extraordinaria sensibilidad, inteligencia, comprensión. Estar sólo por completo implica que la mente esté libre de toda clase de influencia y, por tanto, no está contaminada por la sociedad; y *tiene que* estar sola para comprender lo que es la religión, descubrir por sí misma si existe algo que sea inmortal, que esté más allá del tiempo.

Tal como es ahora, la mente es el resultado de muchos miles de años de influencia: biológica, sociológica, del ambiente, del clima de la alimentación, etc. También esto es bastante evidente. Estáis influidos por los alimentos que ingerís, por los diarios que leéis, por la esposa o el marido, por el prójimo, por el político, la radio, la televisión y mil cosas más. Constantemente estáis siendo influidos por lo que se derrama en la mente consciente, así como en la inconsciente, desde muchas direcciones distintas. Y ¿no es posible darse cuenta de estas muchas influencias, de tal modo que no quede uno preso de ninguna de ellas, y quede del todo libre de su contaminación? De lo contrario, la mente llega a ser sólo un instrumento de su ambiente. Puede crear una imagen de lo que cree que es Dios, o la verdad eterna, y creer en ella, pero todavía estará configurada por las exigencias del medio ambiente, las tensiones, supersticiones, presiones; y su creencia no tiene nada que ver con el estado de una mente religiosa.

Como Cristianos, se os educó en una iglesia edificada por el hombre a lo largo de un periodo de dos mil años, con sus sacerdotes, dogmas, rituales; en la niñez se os bautizó, y al crecer se os dijo lo que habíais de creer; pasasteis por todo ese proceso de condicionamiento, de lavado de cerebro. Es evidente que la presión de esta religión propagandística es muy fuerte, particularmente porque está bien organizada y puede ejercer influencia psicológica por la "educación", por la adoración de imágenes, por el miedo; y puede condicionar la mente de mil maneras más. En Oriente la gente está también fuertemente condicionada por sus creencias, dogmas, y supersticiones y por una tradición que viene de diez mil años atrás o más.

Ahora bien, si la mente no tiene libertad, no puede descubrir lo que es verdadero, y tener libertad es estar libres de influencias. Tenéis que estar libres de las influencias de vuestra nacionalidad y de las de vuestra iglesia, con sus creencias y dogmas; y también tenéis que estar libres de codicia, envidia, miedo, pena, ambición, competencia, ansiedad. Si la mente no está libre de todas estas cosas, las diversas presiones de fuera y de dentro crearan un estado neurótico contradictorio, y una mente así no puede en modo alguno descubrir lo que es la verdad o si existe algo que trascienda el tiempo.

Ve uno así lo muy necesario que es el que la mente se libre de toda influencia. Y ¿es posible tal cosa? Si no lo es, entonces no se puede descubrir lo que es eterno, lo innombrable, lo supremo. Para descubrir por nosotros mismos si es

posible o no, tenemos que darnos cuenta de estas muchas influencias, no sólo aquí bajo esta lona, sino también en la propia vida diaria; tenemos que observar cómo contaminan, moldean, condicionan la mente. Es evidente que no puede uno percibir todo el tiempo las muchas influencias distintas que continuamente se derraman dentro de la mente. Mas lo que si puede uno ver es la importancia –y creo que éste es el punto crucial de la cuestión- de estar libres de toda influencia; una vez que uno ha comprendido la necesidad de esto, entonces lo inconsciente percibe la influencia, aun cuando muchas veces no la perciba la mente conciente

¿Me explico con claridad?

Lo que trato de indicar es esto: existen influencias extraordinariamente sutiles, que os están moldeando la mente, y una mente moldeada por influencias, que siempre están dentro del campo del tiempo, no puede en modo alguno descubrir lo eterno si existe algo que se llame eterno. La cuestión es entonces: si no es posible que la mente consciente se dé cuenta de todas las muchas influencias, ¿qué va a hacer? Si os planteáis esta pregunta, muy seria y formalmente, de modo que reclame toda vuestra atención, hallaréis que vuestra parte inconsciente, que no está del todo ocupada cuando están funcionando las capas superficiales de la mente, se encarga del asunto y observa todas las influencias que penetran.

Creo que es muy importante comprender esto, porque si os limitáis a resistir o defenderos de la influencia, esa resistencia que es una reacción, crea otro nuevo condicionamiento de la mente. La comprensión de proceso total de la influencia tiene que ser sin esfuerzo, ha de tener la calidad de la percepción inmediata. Es decir, si realmente veis por vosotros mismos la enorme importancia de no recibir influencias, entonces cierta parte de vuestra mente se encarga del asunto cada vez que estéis ocupados conscientemente en otras cosas, y esa parte de la mente está muy alerta, es muy activa, observadora. Lo importante es, pues, ver *inmediatamente* la enorme importancia de que ninguna circunstancia ni persona alguna influyan en nosotros. Ésa es la verdadera cuestión, y no la de cómo resistir las influencias, ni que hacer con las que haya. Una vez que hayáis captado este hecho central, hallaréis entonces que hay una parte de la mente que está siempre alerta y vigilante, siempre lista para limpiarse de toda influencia, por sutil que sea. De esta liberación de toda influencia viene la soledad, que es enteramente distinta del aislamiento. Y tiene que haber soledad, porque la belleza está fuera del campo del tiempo, y la mente que esté por completo sola es la única que puede saber lo que es la belleza.

Para la mayoría de nosotros, la belleza es cuestión de proporción, de forma, contorno, color. Vemos un edificio, un árbol, una montaña, un río, y decimos que son bellos; pero todavía existe el que está afuera, el experimentador que está mirando estas cosas y, por tanto, lo que llamamos belleza sigue estando dentro del campo del tiempo. Mas yo creo que la belleza está más allá del campo del tiempo, y que para conocer la belleza tiene que desaparecer el experimentador; éste último no es más que una acumulación de experiencias, desde las cuales

juzga, valora, piensa. Cuando la mente mira un cuadro o escucha música o ve el rápido fluir de un río, generalmente lo hace partiendo de ese pasado de experiencia acumulada; está mirando desde el pasado, desde el campo del tiempo y para mí eso no es conocer la belleza, que es descubrir lo eterno, no es posible más que cuando la mente está sola por completo, y eso no tiene nada que ver con lo que dicen los sacerdotes, las religiones organizadas. La mente ha de estar del todo libre de influencias, de contaminación de la sociedad, de la estructura psicológica de la codicia, la envidia, la ansiedad, el miedo; tiene que estar libre por completo de todo eso. De esa libertad viene la soledad, y es únicamente en el estado de soledad en el que puede la mente conocer aquello que está más allá del campo del tiempo.

No puede separarse la belleza de lo que es eterno. Podéis pintar, escribir, observar la naturaleza, más si existe la actividad del "yo" en cualquier forma –cualquier movimiento egocéntrico del pensamiento-, entonces lo que percibís deja de ser belleza, porque aún está dentro del campo del tiempo; y si no comprendéis la belleza no es posible que descubráis lo que es eterno, porque las dos cosas van juntas. Para descubrir lo que es eterno, lo inmortal, debéis tener la mente liberada del tiempo, el cual es la tradición, el conocimiento y la experiencia acumulada de lo pasado. No es cuestión de que es lo que creéis o no creéis; esto es inmaduro, completamente pueril, y no tiene que ver nada en absoluto con el asunto. Pero la mente que va en serio, que en realidad quiere descubrir, abandonará del todo la actividad egocéntrica del aislamiento, y gracias a ello llegará a un estado en que se encuentra sola por completo; únicamente en ese estado de soledad completa es en el que se puede dar la comprensión de la belleza, de aquello que es eterno.

Las palabras son peligrosas porque son símbolos, y estos no son lo real; trasmiten un significado, un concepto, pero la palabra no es la cosa. De modo que, cuando hablo de lo eterno, tenéis que ver si mis palabras influyen en vosotros, o si os aferráis a una creencia, lo cual sería demasiado infantil.

Ahora bien, para descubrir si existe eso de lo eterno, tiene uno que comprender lo que es el tiempo. El tiempo es la cosa más extraordinaria, y no estoy hablando del tiempo cronológico, el del reloj, que es tan evidente como necesario. Hablo del tiempo como continuidad psicológica. ¿Es posible vivir sin esa continuidad? Lo que produce la continuidad es, sin duda alguna, el pensamiento. Si uno piensa constantemente en algo, hay continuidad. Si uno mira el retrato de la esposa todos los días, le da continuidad. Y ¿es posible vivir en este mundo sin producir continuidad en las acciones, de modo que llegue uno con frescura a cada acción? Es decir, ¿puedo yo morir para cada acción a lo largo del día, de modo que la mente nunca acumule y, por tanto, no sea contaminada por el pasado, sino que siempre esté nueva, fresca, inocente? Yo digo que tal cosa es posible, que uno puede vivir de esta manera, pero eso no significa que sea una realidad para vosotros. Tenéis que descubrirlo por vosotros mismos.

Empieza uno, pues, a ver que la mente tiene que estar sola por completo, mas no aislada. En este estado de completa soledad se produce una sensación de extraordinaria belleza, de algo no creado por la mente. No tiene nada que ver con ordenar unas cuantas notas musicales o utilizar unas cuantas pinturas para crear un cuadro. Como está sola, la mente está envuelta en belleza y, por tanto, es totalmente sensible; y al ser totalmente sensible es inteligente. Su inteligencia no es la de la astucia o el conocimiento, ni es la capacidad para hacer algo. La mente es inteligente en el sentido de no estar dominada, influida, y de no tener miedo. Mas, para hallarse en ese estado, la mente debe ser capaz de renovarse cada día, lo cual es morir a diario para el pasado, para todo lo que se ha conocido.

Ahora bien, como dije, la palabra, el símbolo no es lo real, la palabra “árbol” no es el árbol, por lo cual tiene uno que estar muy alerta para no caer preso en las palabras. Cuando la mente está libre de la palabra del símbolo, se vuelve asombrosamente sensible y entonces se encuentra en un estado de descubrimiento.

Después de todo, el hombre ha estado buscando esto durante largo tiempo, desde la remota antigüedad, hasta hoy mismo. Quiere hallar algo que no esté hecho por el hombre. Aunque la religión organizada no tiene sentido para ningún hombre inteligente, las religiones organizadas siempre han dicho, sin embargo que hay algo que está más allá; y el hombre siempre ha buscado es algo, porque está perpetuamente en el dolor, en la desdicha, en la confusión, en la desesperanza. Como siempre se encuentra en estado de transición, quiere hallar algo permanente, algo que perdure, que persista, que tenga continuidad; por tanto, su búsqueda siempre ha estado dentro del campo del tiempo. Como puede uno observar, empero, no hay nada permanente. Nuestras relaciones, nuestro empleo, nada es permanente. Por el enorme miedo que nos da esta impermanencia, siempre estamos buscando algo duradero, lo que llamamos lo inmortal, lo eterno, o como queráis. Pero esta búsqueda de lo permanente, de lo inmortal, de lo eterno, no es más que una reacción, y por ello carece de validez. Sólo cuando la mente está libre de este deseo de sentirse segura es cuando puede empezar a descubrir si existe lo eterno, algo que está más allá del espacio, más allá del tiempo, más allá del pensador y de lo que éste piensa o busca. Para observar y comprender todo esto, hace falta atención total y la disciplina flexible que viene de esa atención. En una atención así no hay distracción, no hay tirantez, ni movimiento en ninguna dirección determinada, porque todo movimiento, todo motivo, es el resultado de la influencia del pasado o del presente. En ese estado de atención sin esfuerzo surge una extraordinaria sensación de libertad, y sólo entonces, estando totalmente vacía, callada, quieta, es capaz la mente de descubrir lo eterno.

Tal vez querráis hacer preguntas sobre lo que se ha estado diciendo esta mañana.

Pregunta: ¿Cómo va uno a liberarse del deseo de sentirse seguro?

Krishnamurti: La palabra “como” implica un método, ¿no? Si sois constructor y os pregunto como se construye una casa, podéis decirme lo que hay que hacer, porque hay un método, un sistema, una manera de hacerlo; pero el hecho de seguir un método o un sistema ya acondicionado la mente, por tanto, ved simplemente la dificultad en el uso de esa palabra: “cómo”.

Luego tenemos también que comprender el deseo. ¿Qué es el deseo? Traté de esto el otro día, y espero que los que estuvieron aquí ese día captaran de veras el significado de lo que se dijo y no se aburran con lo que esté diciendo ahora, porque, como sabéis, puede uno realmente escuchar todas esas charlas mil veces y ver cada vez algo nuevo.

¿Qué es el deseo? Como dije el otro día, primero está el acto de ver o percepción; luego, el contacto o tacto; después sensación y, finalmente, surge eso que llamamos deseo. Así sucede, sin duda alguna. Os ruego que me escuchéis atentamente. Tomemos el acto de ver, por ejemplo, un precioso automóvil. De ese acto mismo de ver, aún sin tocar el vehículo viene la sensación que crea el deseo de conducir, de poseer el auto. No nos ocupamos de cómo resistir o liberarnos del deseo, porque el hombre que ha resistido y cree estar libre del deseo está en realidad paralizado, muerto. Lo importante es comprender todo el proceso del deseo, que es conocer tanto su importancia como su falta de importancia. Tiene uno que descubrir no como terminar el deseo, sino que es lo que produce su continuidad.

¿Qué es, pues, lo que produce la continuidad del deseo? Es el pensamiento, ¿no? Primero se ve el automóvil, luego viene la sensación, a la que sigue el deseo. Y si no interviene el pensamiento para trasmitir continuidad al deseo, diciendo: “Tengo que tener ese auto; ¿cómo lo conseguiré?”, entonces el deseo termina. ¿Comprendéis esto? No pido que haya liberación del deseo, al contrario, tenéis que comprender toda su estructura; y entonces hallaréis que ya no hay continuidad del deseo, sino algo totalmente distinto.

Lo importante no es, pues, el deseo, sino el hecho de que le trasmitimos continuidad. Por ejemplo, trasmitimos continuidad a la sexualidad por medio de pensamientos, imágenes, ilustraciones, sensaciones o recuerdos; mantenemos el recuerdo pensando en todo eso y así, la importancia del sexo y de los sentidos permanece, continúa. No es que los sentidos no sean importantes: lo son, pero nosotros introducimos una continuidad en el placer de los sentidos que llega a ser abrumadoramente importante en nuestra vida. Lo importante no es, pues, estar libres del deseo, sino comprender su estructura, y como el pensamiento le proporciona la continuidad. Y eso es todo. Entonces la mente es libre, y no tenéis que tratar de libraros del deseo. Desde el momento en que busquéis esa liberación del deseo, ya estáis presos en el conflicto. Cada vez que veis un automóvil, una mujer, una casa, o cualquier cosa que os atraiga, interviene el

pensamiento y continúa el deseo, y entonces todo ello se convierte en un interminable problema.

Lo importante es vivir una vida sin esfuerzo, sin un solo problema; y podéis vivir sin un problema si comprendéis la naturaleza del esfuerzo y veis muy claramente toda la estructura del deseo. La mayoría de nosotros tenemos mil problemas y para liberarnos de ellos tenemos que ser capaces de acabar con cada uno de modo inmediato, según surgen.

Creo que ya hemos tratado esto lo suficiente y no vamos a continuar con el tema. Pero es absolutamente necesario que la mente no tenga ningún problema y de este modo viva una vida sin esfuerzo.

Ciertamente sólo a una mente así la podemos calificar de religiosa, ya que ha comprendido el dolor y su terminación; carece de miedo y, por tanto, es luz para sí misma.

2 de agosto de 1964.